ساكن هامشي

قصص حول تجارب الإقتراب من الموت

د. مونيكا هولي

المحتويات

شكر وتقدير

أود أن أعرب عن امتناني للأشخاص التاليين، الذين لولاهم لما كانت قصتي ممكنة. إلى والدتي، على المحطة الأولى من رحلتي، التي قدم لي حبها للكتب العديد من العوالم الجديدة ذات الإمكانات والفرص غير المحدودة. إلى والدي، الذي علمني صبره الذي لا ينضب أن أرى الأشياء من أكثر من منظور، وأنه حيث توجد إرادة، توجد طريقة. إلى أبنائي، الذين كانوا معلمي في الحب غير المشروط، واتصالي بـ "الحياة اليقظة". شكرًا لكم على تفهمكم لقفزة إيماني. إلى لين، التي هيأت كلماتها "لا تخف من أن تكون على طبيعتك" رحلتي للجزء الثاني من رحلتي. إلى مرشدتي وصديقتي كارولين لونغ، التي أخذتني تحت جناحها ورعت ريشي، الذي تمكنت من التحليق به. لقيادتي إلى اكتشاف إلهامي الخاص، أود أن أشكر الدكتور واين داير. إلى جلين، الذي حمل المرآة التي تحدتني لأدرك أين تعيش ألوهيتي. ساكن هامش في نوبة الليل إلى إيلين دي جينيريس، التي جلبت البسمة إلى وجهي في تلك الأيام المظلمة من الكآبة، وبدأت يومي بساعة من الضحك، وهي مصدر إلهام حقيقي "لتكون على طبيعتك". على الرغم من أن التجارب كلها لي، إلا أن هذا الكتاب لم يكن ليُكتب لولا هيلاري وود، كاتبتي السرية، التي تحملت صبرها هذيانات عقل برج الدلو، والتي نسجت مهارتها كل ذلك معًا بينما التقطت جوهر حياتي. إلى جيني وايسمان، التي صدقت قصتي، وحقيقتي، وأحلامي، وأدركت نيتي ورغبتي في إيصال قصتي إلى أولئك الذين سيستفيدون من سردها. إلى نيكي، التي أدركت قلبًا ضائعًا، واختارت أن تكون حارسته. شكرًا لوقوفك بجانبي، واختيارك اتخاذ هذه الخطوة الإيمانية معي، أينما قد تؤدي. وأخيرًا، إلى جان جونسون من ريد ويل، التي شعرت أن قصتي بحاجة إلى أن تُروى. شكرًا لك على القيام بهذه المسيرة معي. هذه الرحلة، هذا الكتاب هو مجموع قلوب كثيرة، امتناني يذهب إلى كل من لعب دورًا ... شكرًا لك أنا د. مونيكا هولي مقدمة أحيانًا أتساءل أين أبدأ، وأين أنتهي. الحدود التي يبدو أن الآخرين يحددون بها أنفسهم - بشرتهم الخاصة، وأفكارهم الفريدة والمحدودة - تفلت مني. في الليل، أتسلل من جلدي وتحلق روحي. لطالما كان الأمر كذلك معي. حتى في طفولتي لم أنم - كنت أذهب في الظلام إلى أولئك الذين ينادونني. أسمي هذا الجزء من حياتي "وردية الليل"، ففي كل ليلة تحدث نوبة عمل وأتحرك عبر عوالم موازية، عبر أبعاد أخرى. في "وردية الليل"، يُنزع ثقل المادة كما يُنزع حجاب ضوء الشمس الذي يخفي الامتداد الشاسع للسماء المرصعة بالنجوم. مهمتي في الأبعاد الأخرى هي العمل بالطاقة - المصدر الأبدي والموجود في كل مكان لكل ما هو كائن، وكان، وسيكون. لا يملك العلم طريقة - حتى الآن - لرسم خريطة جغرافية أراضي الأرواح، أو قياس ثقل الأرواح التي تسكن المساحات بينهما. ولذلك ليس لدي دليل لأعيده إلى عالم اليقظة. أكافح للتعبير عن الحريات والتواصلات التي لا توصف لطيران الأرواح، لوصف القوى

الاستثنائية التي تعمل في المصفوفة غير المرئية. ساكن هامشي في نوبة الليل ليس من نيتي محاولة إقناعك بحقيقة التخاطر، والتحريك الذهني، والسفر النجمي، والحياة بعد الموت، والتناسخ، ووجود الروح، أو شرح فيزياء الكم. هناك العديد من الكتب الرائعة المكتوبة حول هذه المواضيع. أتمنى فقط مشاركة قصتي والسماح للعناية الإلهية بإيصالها إلى القراء الذين يحتاجون أو يرغبون في سماعها. لقد كنت في نوبة الليل منذ الطفولة. لقد نشأت في منزل عادي مليء بالمتطلبات العادية لكسب القوت اليومي، وإرسال الأطفال إلى المدرسة، وأداء الأدوار الاجتماعية المقبولة. لم يخن تاريخ عائلتي أي تلميحات لقوى غريبة انتقلت من جيل إلى جيل. لم يكن في مكتبتنا كتب عن السحر، أو القدرة النفسية، أو علم نفس الوعي. لم تكن لدي أي معرفة بالديانات الشرقية أو الأصلية التي تنظر إلى رحلات الوعي بلطف أكبر. لم يكن لدي لغة لوصف تجاربي، وباستثناء صديقين في المدرسة الثانوية، لم يكن هناك من يمكنني التحدث إليه عنها. لذلك تعلمت الصمت. بالنسبة لمن حولي، كانت الروح شيئًا راسخًا في الجسد، لا يُطلق سراحه من قيوده إلا عند الموت. لم تحدث المعجزات لأناس عاديين؛ بل كانت من صنع الملائكة والقديسين. لقد جئت من تقليد كان من المرجح أن يرسلك للشفاء، أو طرد الأرواح الشريرة، أو إعادتك إلى "حالتك الطبيعية" إذا سمعت أصواتًا أو رأيت أرواحًا. كساكن في عوالم أخرى، تذكرت حيوات أكثر قسوة شعرت فيها بلسعة اللهب؛ ضربات ساحقة قاتلة؛ أو الماء يغلق فوق رأسي بينما كنت أحرق أو أرجم أو أغرق بتهمة السحر. تسلل الخوف من تلك الأرواح إلى هذه الحياة. كانت هناك لحظات قصيرة عابرة تمنيت فيها لو كنت أعرف القليل عن الشامانية أو الوساطة الروحية عندما كنت أكبر. ربما كان ذلك ليساعدني لاحقًا، عندما شككت في سلامة عقلي، أو عندما حاولت التعامل مع الاختلاف الذي شعرت به. ربما لم أشعر بالوحدة الشديدة. كنتُ مصممة على أن أعيش حياةً عاديةً مقبولةً. تزوجتُ وأنجبتُ أطفالاً. وكما هو الحال في أي عائلة، كانت متطلبات الأطفال والعمل بمثابة وظيفة بدوام كامل، بالإضافة إلى ساعات عمل إضافية. لم أكن أملك حينها الأدوات اللازمة لموازنة طاقاتي وتجديدها. بين وردية الليل والنهار، كنتُ منهكةً للغاية لدرجة أنني لم أستطع التفكير. كان الليل والنهار يتجاذبان كفرقٍ متنافسة في لعبة شد الحبل. كنتُ في وسط حبلٍ مشدودٍ مرتجف، أسحبه في اتجاهين متعاكسين فرقٌ تتصارع باستمرار. كانت هناك أوقاتٌ تمنيت فيها أن يختفي كل شيء، وأن أنام كشخصٍ عاديٍّ بدلاً من أن أتجول في بُعدٍ آخر، أساعد الأرواح على الوصول إلى الجانب الآخر، أو أساعد في شفاءٍ جماعي، أو ألبي نداء روحٍ محتاجة. أطفالي كانوا بحاجةٍ لي أيضًا، في النهاية. استغرق الأمر سنواتٍ عديدة، ولكن في يومٍ من الأيام، انهارت فرقة النهار، منهكة، عاجزة عن حشد الطاقة للقيام بأبسط المهام اليومية. فقدت الأشياء العادية - ملعقةً أو وعاءً

- كل معنى. أمسكتها بين يدي، ولم أستطع فهم فائدتها أو تسميتها. شعرتُ بتحطيمٍ تام. أردتُ الهروب من هذا العالم حيث تستقر أرواحنا في الجسد، حيث الطيران مستحيل، وحيث يفهم كل من حولي قواعد الإدراك والمادة التي بدا لي أنني نسيتها. أردتُ فقط أن أتخلى عن صراع الفهم، وأن أتخلى عن عالمي اليقظ المحطم، وأن أنام. كان عليّ أن أكتشف ما إذا كنتُ مجنونًا أم لا. كان عليّ أن أفكر في أن الأصوات التي أسمعها قد لا تكون أرواحًا مساعدة، بل هلوسات سمعية لعقلٍ مضطرب، وأن أكتشف ما إذا كانت رحلاتي الليلية عبر أبعاد أخرى ليست سوى انقطاعاتٍ فصامية مع الواقع. كنتُ أعلم أن الكثيرين سيظنون ذلك. كان انهياري، وتحطيم كل ما أعتبره "حقيقيًا"، هو ما دفعني لاكتشاف ذلك. إذا كنتُ سأعيش حياةً هانئة، كان عليّ أن أتماسك. إذا كان ذلك يعني حياةً على الأدوية، فليكن. كل ما كنت أعرفه هو أنني بحاجة إلى مساعدة. كالعادة، قادني مرشديّ. كنت قد التقيت بمعالجة تُدعى كارولين قبل بضعة أشهر، لكنني نسيت أمرها. عندما جاءني الانهيار، سألت مرشديّ عما يجب فعله، فأجابني: "اتصل بكارولين". توجهت إلى الهاتف، ظنًا منهم أنهم يقصدون صديقة لي تُدعى كارولين أيضًا. "لا"، قالت الأصوات. "كارولين الأخرى". عندها تذكرت المعالجة واتصلت بها. بعد كل الفحوصات والأسئلة والفحوصات النفسية، أعلنت كارولين أنني عاقل - مع أنني لم أكن متأكدًا مما إذا كان هذا التعارف أمرًا جيدًا أم لا. كان يعني أنه لا يوجد علاج طبي. كنت عالقًا في حياة الفترتين. كان سؤالي إذًا: "ما هي وردية الليل بحق الجحيم، إن لم تكن مجرد خلل عقلي؟" قالت كارولين بهدوء: "أنت وسيطة روحية، ومعالج طبيعي". بهذه الكلمات بدأت عملية إعادة تجميعي. كانت هناك مصطلحات لما فعلته! بينما كنتُ وكارولين نعمل معًا، تجلّت الكثير من الكلمات والمفاهيم. تحوّل الانهيار إلى انفراجة. ببطء، استجمع فريق النهار قواه وتجاوز ما فات. قرر الجانبان إنهاء الحرب - على الرغم من استمرار المشاحنات بين الحين والآخر. لا أعرف لماذا أمتلك القدرة على إدراك طبقات الواقع المتداخلة بوضوح. ربما يكون من المفيد أيضًا أن نسأل لماذا يتمتع بعض الناس بحاسة سمع أقوى من غيرهم، أو بحاسة شم أقوى. إنه ببساطة جزء من طبيعتي، وربما يكون جزءًا من الطبيعة البشرية عمومًا، مدفونًا تحت غطاء من عدم التصديق كثيف وثقيل لدرجة أن هذه القدرة، لدى معظم الناس، مخفية حتى عن أنفسهم. لا يوجد دليل، ولا دليل طيران للروح المُحلقة. إذا كان للوعي سروال، فأنا أطير بمقعده. أظن أن هناك الكثيرين، مثلي، يدركون حقائق غير واضحة لمن حولهم، ويشعرون بالعزلة والغرابة بسبب ذلك. إليك، أحمل رسالة من أعماق تجربتي الخاصة: ساكن هامشي في نوبة الليل أنت لست وحدك. من امتدادات الكون الشاسعة التي لا يمكن قياسها، أنت لست وحدك من قلب الخلق، أنت لست وحدك من أيدي الشفاء، أنت لست وحدك من

المساحات التي لا تُحصى فيما بينهما، أنت لست وحدك. حياتك ليست قطرة لا معنى لها في مد وجزر التاريخ غير المبالي، بل هي عمل فني أنت دائمًا في طور الإبداع. فنك ليس زخرفة تافهة، إنه تعبير إلهي عن كل ما هو موجود. احترم أفكارك. إنها الفرش التي ترسم بها صورة حياتك. احترم مشاعرك، مع العلم أن لديها القدرة على تشكيل الصور المطبوعة على قماش الزمن. احترم مخيلتك. إنها الأصباغ التي تجلب الحيوية واللون إلى إبداعات روحك. احترم الأحلام التي تسكن ساعات ليلتك، والرموز التي تتركها كهدايا على عتبة يقظتك. أخبرني مرشدوني أن أرسم صورة أحلامي، وأن أخرج الصور إلى هناك، وأن أبتعد عن نتائج هذه الأفعال". بدأ هذا الكتاب بتلك اللوحات. ١٤ مقدمة. كل لوحة هي صورة تحمل طبقات عديدة من المعنى والتجربة لا يمكن للكلمات أن تستوعبها جميعًا. بينما أضع الألوان على القماش وأختار الألوان والأشكال، أتساءل كيف يمكن للوحات أن تنقل إحساسًا بالمكان، بعالم آخر، الذي أوجدها. بينما أرسم، أشعر بنوبة الليل - حتى لو كانت الشمس عالية في السماء. يتراجع العالم مرة أخرى إلى اتساع مظلم، وتردد الهمسات التي توجهني في أفكاري. أعلم أن اللوحات غير كافية، وأنها لا تستطيع تفسير ما أراه، لكن هذا لا يهم. كل ما يهم الآن هو الفرشاة، وملمس القماش تحت أطراف أصابعي، وإمكانية أن ينظر إليها شخص ما، ويفهم، ويشعر بالراحة من دلالاتها. ربما سيتعرفون على صورة رأوها أيضًا في رحلة الوعي المهيبة.

الفصل الأول، مدخل يوميات نور الحب

الاثنين، ٩ أغسطس ٢٠٠٤ أنا في المصفوفة. بالنسبة لي، أن أكون هنا يعني أن روحًا ضائعة مستعدة للعودة إلى الوطن. لديّ بنية جسدية غامضة - جسدي الأثيري - ذات شكلٍ كافٍ ليبدو بشريًا. أمسك بيد الشخص الذي أقوده. في الظلام الذي يحيط بنا، نتجه نحو مخروط النور الساطع الذي ينتظرنا. يشتد النور كلما اقتربنا، ويصبح أكثر سطوعًا من أي شمس رأتها أعين البشر، ومع ذلك فإن بريقه لا ينسكب من هيئته ليضيء الفضاء المحيط به. النور محفوظ في داخله، ينتظر عودة الروح التي تقترب، ساكن الهامش في نوبة الليل، منتظرًا إعادة الروح إلى الوطن. بينما نسافر معًا، أشعر بالحب الذي لا يُوصف الذي يشع من مخروط النور - شعورٌ غامر بالسلام والهدوء والدهشة والرحمة والعافية. يزداد فرحنا كلما اقتربنا أكثر، وينسى كل خوف وتردد. ينفتح كياني في دهشة وبراءة. أنا حر في أن أكون ضعيفًا كطفل حديث الولادة، دون خوف من الحكم. تغمرني موجات من النشوة ثم تعود إلى النور

الذي انبثقت منه في تبادل... حبٌّ نقيٌّ يغمرني. في لحظةٍ واحدةٍ، أعرف معنى الوحدة مع شيءٍ ما.يغمرني شعورٌ بالارتباط بالجميع وبكل شيء - مصدر كل ما هو موجود. أتوقف عند حافة النور، ممسكًا بيد الروح التي قادتها إلى هنا، وأُطلقها برفق إلى النور الهنيء. تلامس يدي النور، فيخترق كل جزء من كياني شعورٌ مطلقٌ وغير مشروط بالحب اللامتناهي الذي هو النور. مع أنني أتوق إلى الانجراف إلى النور مع الشخص الذي أحضرته إلى هنا، إلا أنني أعلم أن هذا ليس هدفي من المجيء، ولا وقتي. أترك يده برفق وأنا أشعر بجوهره يبدأ بالظهور، أشاهده في رهبة وهو يختفي في قمة المخروط قبل أن يتلاشى أخيرًا في شدة نور الحب. لقد عاد إلى دياره، وأنا لاهثٌ من امتناني لقدومي إلى هنا، بذكرى تواصلي مع الحب الأبدي، اللامحدود، اللامتناهي. الموقف الذي وصفته للتو سيتعرف عليه العديد من القراء على أنه سرد لتجربة اقتراب من الموت. لم يكن الأمر مناسبًا لي لأنني، حسنًا، لم أكن قريبًا من الموت. بدلاً من ذلك، كنت محظوظًا بالمشاركة كشاهد ودليل كجزء من عملي في نوبة الليل. لم أكن أعرف بالضبط ما هي وظيفتي عندما وصلت إلى الجانب الآخر. في كل مرة قابلت فيها روحًا محتاجة، كان الوضع مختلفًا. في بعض الأحيان تكون الروح قد عبرت بالفعل. في بعض الأحيان كنت آخذ الناس إلى النور، وفي بعض الأحيان كنت أشير إليهم في الاتجاه الصحيح. في بعض الأحيان كنت مسعفًا، أو مستشارًا، أو مجرد امرأة تواسي طفلًا صغيرًا. فعلت كل ما هو مطلوب مني، لكنني كنت مرتبكًا بشأن الدور الذي كان من المفترض أن ألعبه. لم أكن أحصل على الصورة الكاملة. لقد طلبت من مرشديني دليلًا - بعض الكتب الإرشادية أو وصفًا وظيفيًا يوضح كل شيء لي - لكنني لم أحصل على واحد أبدًا. بعد العديد من الطلبات، قابلت امرأة أثيرية وشفافة، مرشدة، جاءت للرد على إحباطي. قالت: "لديك كل ما تحتاجه". لم أكن راضيًا عن ردها، فسألتها مرارًا وتكرارًا، لكنها ظلت صبورة ولطيفة، وكررت إجابتها عدة مرات كما طلبت. لم أحصل على دليل أبدًا، لكنني ما زلت مشغولًا في نوبة العمل الليلية، لذا أعتقد أنه سيتعين عليّ اعتباره درسًا صغيرًا في الثقة بمرشديّ. في أحد الأيام قررت أن أسأل مرشدتي سؤالًا مختلفًا. سألت: "ما هو هدفي؟"، ولدهشتي الشديدة أجابت: "هدفك هو نقل الناس إلى الموت - مساعدتهم على الانتقال إلى الجانب الآخر". يجب أن أعترف أنني شعرت بالرعب من الفكرة. لم يكن هذا بالتأكيد شيئًا يمكنني إخبار معارفي الجدد به عندما جاء السؤال الحتمي، "إذن، ماذا تفعل؟" كان بإمكاني فقط سماع الأعذار المتسرعة لموعد تذكره وهم يسعون إلى الهروب من شخص كان، على الأقل في كتبهم، خارج عن عقلها. ومع ذلك، كانت هذه هي الإجابة التي تلقيتها، وكان عليّ أن أتصالح معها وأواصل العمل. ربما كان من الأسهل قبول الأمر لو أنني حصلت على وظيفة وسيط أكثر شهرة - شخص ينقل

الرسائل من أولئك الذين في الحياة الآخرة إلى أولئك الذين ما زالوا في العالم المادي، على سبيل المثال. وكما هو الحال، كنت سأعمل كمرشد للموتى. لن يكون هناك دليل على ما فعلته بخلاف تجربتي الذاتية، ولا دليل يمكنني تقديمه للآخرين كتأكيد لقدراتي. سيتعين علي أن أطالب بأقصى قدر من الانفتاح الذهني من أي شخص أثق به. لقد وعدت بأن تكون طريقًا وحيدًا وصعبًا للقبول والفهم من قبل العالم بأسره، وقد لا أحققه أبدًا. بالطبع، الآن بعد أن اعتدت على الفكرة، أعتبرها منصبًا مشرفًا بمسؤولية كبيرة. ٢٠ ضوء الحب أثار وقتي في نوبة الليل بعض الأسئلة المثيرة للاهتمام حول تجربة الموت وما يحدث عندما تعبر الروح. لماذا تحتاج بعض الأرواح إلى مرشد على الجانب الآخر؟ لماذا، مع وجود حياة بعد الموت، لا تدخل كل روح تلقائيًا إلى النور الذي يتحدث عنه أولئك الذين عادوا من تجربة الاقتراب من الموت؟ ولماذا، في العالم المادي، لا يختبر الجميع الحب غير المشروط الذي ينبعث من النور؟ هناك عدد من الإجابات على السؤال الأول، معظمها يتعلق بظروف الموت. كثير من الناس الذين يموتون دون سابق إنذار - في حادث، أو من خلال العنف - يعانون من الصدمة والارتباك والخوف، وحتى الغضب. للعواطف تردد اهتزازي، والمشاعر السلبية الكثيفة التي يحملها الناس نتيجة للصدمة تقع في الطرف السفلي من الطيف. هذه الترددات تثقل الأرواح كما لو كانت بسلاسل ثقيلة، تمنعها من الصعود إلى النور. في الواقع، تردداتها غير متزامنة مع ومضات الحب والسكينة والامتنان والرحمة التي تشكل المستوى الأعلى. لكي تمضي هذه الأرواح قدمًا، عليها أن تتخلص من المشاعر التي تُعيقها، وهنا يأتي دوري. أشعر بضيقها وأُقدم لها مواساتي حتى تتمكن من التخلص من ذكريات لحظاتها الأخيرة المروعة. تتلاشى أعباء الصدمة، ويتمكنون من العودة إلى النور الذي هو جوهر كيانهم الحقيقي. بصفتي مرشدًا في هذه المواقف، أعمل في زمن الحلم وأنا أشغل جسدي الأثيري. هذا الجسد قادر على التحرك عبر المستوى المادي أيضًا، وبصفتي ناقلًا للأرواح، يُنادى عليّ أيضًا من هم على وشك الموت ويحتاجون إلى مساعدة في الانتقال من الجسد المادي والعودة إلى النور. مرة أخرى، مشاعر الخوف والذعر والارتباك هي التي تُشعرني بالحاجة إلى مساعدتي. إذا كان الموقف شديدًا، أقوم بمناورة نجمية تُسمى القفزة. أدخل جسد الشخص، وأندمج معه في تعاطف ورحمة تامة، وأُسلم نفسي لتجربته. أشعر بمشاعرهم وأسمع أفكارهم كما لو كانت أفكاري. أشاركهم وجودهم المادي، تاركًا أحاسيسهم تصبح أحاسيسي. أرى فوضى من الصور - حياتهم بأكملها مركزة كما لو كانت على رأس دبوس في لحظة واحدة. أعيش موتهم معهم. إن معرفة وجود شخص ما يشارك لحظاتهم الأخيرة على الأرض يطمئن هذه الأرواح بشدة، ويسهل طريقهم إلى العالم الآخر. أحيانًا أستطيع مساعدة الناس على إيجاد نهاية لحياتهم وهم يؤدون

مهمة أخيرة قبل أن يغادروا العالم المادي بعد الموت الجسدي ويتجهوا إلى النور. في إحدى هذه الحالات، كانت شابة على بُعد ثوانٍ فقط من القتل. لم أستطع مساعدتها على تجنب مصيرها المروع، لكنني أردت أن أفعل كل ما بوسعي لمساعدتها في لحظاتها الأخيرة وتسهيل طريقها إلى التالي. كانت في كابينة هاتف تحاول يائسة الاتصال بوالديها لإخبارهما برغبتها في العودة إلى المنزل. كان خوفها ملموسًا. قفزتُ إلى جسدها لأشارك "s Light'Love ٢٢" التجربة العاطفية والجسدية والنفسية التي كانت على وشك خوضها. شهدتُ مقتلها معها، وظلت روحي معها وهي تنسل من جسدها. حتى وهي تحتضر، كانت المرأة تنادي عائلتها. أمسكتُ بيدها، وسافرنا معًا عبر الفضاء النجمي، بسرعة هائلة حتى أصبحت الأقسام الفرعية في الأسفل ضبابية من الأشكال والألوان. عندما "أحسسنا" بمنزل والديها، توقفت الرحلة فجأة داخل منزلهما. في اللحظة التي شعرت فيها بالسعادة لعودتها إلى المنزل، هدأت واختفت في وميض متلألئ من الأضواء الخافتة. بقليل من المساعدة، استطاعت إكمال أعمالها غير المكتملة، وتغيير الترددات، وإيجاد السلام في أحضان النور. عندما يموت شخصان أو أكثر معًا، غالبًا ما يكون همهم الرئيسي هو سلامة الآخر. في هذه الحالات، تكون الحاجة المباشرة أثناء الموت وبعده مباشرة هي العثور على الشخص الآخر. يحدث هذا كثيرًا بين الآباء والأبناء. هذه المواقف تكشف الكثير عن الإيثار والرحمة الفطرية للإنسانية. حتى في خضم الكارثة والارتباك الناجم عن وفاتهم، فإن أفكار هؤلاء الأشخاص تدور حول الآخرين. في أحد الأحلام، وجدت نفسي في ساحة ميناء صغير أو نادٍ لليخوت. وبينما كنت أقف على حافة الماء، اقتربت مني امرأة. أرادت شيئًا، لكنني لم أستطع فهمه بسهولة. وبدلاً من محاولة الشرح، دفعت ملاحظة في جيبي. طلبت مني مساعدتها في العثور على زوجها وابنتها. نظرت إليها بدهشة، على أمل أن أجد المزيد لأقوله، ولكن ما إن وقعت عيني على نظرتها حتى دفعتني بشكل غير متوقع إلى الوراء في الماء. وجدت نفسي تحت قارب منقلب غارق في الأعماق الموحلة. في لحظة إنذار، قال عقلي المنطقي، المتمسك دائمًا بالقواعد، "مهلاً، انتظر دقيقة. لا يمكنك التنفس تحت الماء." قلتُ لنفسي إن هذا زمن الأحلام، حيث لا تنطبق قواعد المادة، لكنني مع ذلك شعرتُ برغبة ملحة في العثور على الزوج والابنة اللذين تبحث عنهما المرأة. كنتُ أعلم أنه لا يوجد أحد في خطر جسدي (لقد فات الأوان لذلك)، لكن عقلي المنطقي استمر في التفكير المجازي. سبحتُ من جيب هوائي إلى جيب هوائي تحت القارب الغارق حتى وجدتُ الفتاة في زاوية ووالدها في زاوية أخرى، لكنهما اختفيا فجأةً بمجرد أن رأيتهما. بمجرد رحيلهما، وجدتُ نفسي مرة أخرى على الشاطئ مع المرأة التي كانت متلهفة لمساعدتي، أرسلت لي في ذهني رسالة امتنان وارتياح صادقة. حان الآن دورها

لتختفي. لم أرَ الأضواء الصغيرة المتلألئة هذه المرة، لكنني كنتُ متأكدًا من أن العائلة قد عبرت معًا. قبل أن أروي القصة التالية، أودُّ أن أُقدم بعض التعليقات حول العلاقة بين عالمي الحلم واليقظة. من تجربتي، كلٌّ منهما صحيح، وكلٌّ منهما حقيقي تمامًا. يميل الكثيرون إلى التفكير في الأحلام على أنها أحداث داخلية خاصة - تخيلات يخلقها العقل لإطلاق أو معالجة مقتطفات من الحياة اليومية. يتردد العقل اليقظ في قبول حقيقة وقت الحلم لأنه لا يتبع القواعد التي "يعرف" المنطق أنها صحيحة. ما يحدث هناك ٢٤ ضوء الحب يتحرر من مسيرة الزمن المنظمة من الماضي إلى الحاضر إلى المستقبل. تتحرر المادة من قيود الجاذبية والصلابة. نشعر جميعًا أن للأحلام معنى، وأن مفتاح فك سر هذا المعنى يكمن في الرموز التي نأمل أن تساعد في تفسير شيء من أنفسنا لأنفسنا. من هذا المنظور، يُنظر إلى الأحلام على أنها ملحق لواقع اليقظة والعقل الذي يدركها. يبدو الأمر كما لو أن الأحلام تولد من العالم المادي ولن تكون موجودة لولا التجربة الأرضية. تخيل، للحظة، أن الأمر على العكس. ماذا لو كانت اليقظة ملحقًا للعقل الحالم؟ ماذا لو كان الوجود المادي حلم روح تسكن مصفوفة كون أوسع من الطاقة النقية؟ ماذا لو كانت أجسادنا وحواسنا والأرض التي نعيش عليها رموزًا لأحلام أرواحنا؟ لا أقدم هذا التمرين في الخيال لإنكار حقيقة العالم المادي، بل لأدفعك لتغيير تفكيرك قليلًا لتوسيع مداركك حول ما هو حقيقي وما هو غير حقيقي. زمن الحلم حقيقي. فيه نتحرك عبر العوالم النجمية كطاقة، كأرواح. ندخل عالمًا غير مادي حيث تنقلنا المشاعر والأفكار، بدلًا من العضلات والعظام، من مكان إلى آخر (إذا كان من الممكن القول إن للمصفوفة "أماكن"!). ننتقل فورًا بالفكر، ونتواصل من خلال التخاطر - حديث واستماع لا يتطلبان كلمات. بعبارة أخرى (وهو ما أطلبه هنا)، فإن كيفية ظهور الواقع وعمله في زمن الحلم تختلف كثيرًا عن كيفية عمله في الحياة اليقظة العادية. إذًا، لماذا لا نستيقظ في حياتنا اليومية العادية ونتذكر الأحلام كما عشناها في أجسادنا النجمية؟ قد نتساءل أيضًا: "كيف تبدو الفكرة؟ ما هو شكل الشعور؟" يُلبس العقل المنطقي اليقظ عناصر الحلم ثيابًا يستطيع تمييزها. "الذكريات" التي نستحضرها من الأحلام ليست ذكريات كما نتخيلها عادةً، بل هي تركيبات ذهنية للعقل اليقظ وهو يحاول أن يُلائم تجربة الحلم مع واقعه. عالم الأحلام ليس غرفة سماوية خاصة نطفو فيها بمفردنا، لا نؤنس إلا أفكارنا ومشاعرنا. إنه ملتقى، بُعد بديل نتشاركه مع الآخرين. عندما تلتقي عقولنا في ذلك الواقع، يُضفي كلٌّ منا مشاعره وإدراكاته على شكل الحلم. الرموز والصور التي أُضفيها على الحلم لا تعتمد فقط على دوري في المسرحية التي تتكشف على مسرح الماتريكس، بل تعتمد أيضًا على فهمي المتعاطف لزملائي الممثلين. عندما أشعر بمشاعر الروح التي أعيش معها، يُترجم عقلي اليقظ تلك المشاعر - مشاعرهم - إلى

اللغة الرمزية التي أتحدث بها. على سبيل المثال، في أحد الأحلام وجدت نفسي في مستشفى. كان صبي صغير يتجول في الردهات، يبحث بيأس عن أمه. نادت حاجته على الأم بداخلي التي تستمع دائمًا إلى صرخة طفل تائه وخائف. بينما كنت أشارك أفكاره ومشاعره، رأى عقلي المنطقي رؤيته للضياع كمتاهة معقدة مبطنة بأسوار رمادية بمستوى العين تحيط بنا. ٢٦ ضوء الحب أخذته من يده وأرسلت له رسالة محبة عن بعد بأنني سأساعده في البحث عن أمه. في البعيد، سمعت امرأة تنادي على ولدها. جاهدت لرؤيتها من فوق السياج، آملًا أن أخبرها أنني سأحضر ابنها إليها. مرة أخرى، الأحلام مكان لقاء. استطعت أن أشعر بحاجته وحاجتها. ترجمت شوقها إلى صوت ينادي. الشيء التالي الذي عرفته هو أننا عدنا إلى ردهة المستشفى. بقيادة صوت المرأة ورغبتها في أن تكون مع ابنها، وجهت الصبي إلى مصعد، نزل إلى الطابق السفلي حيث تُحفظ الجثث. ظنّ عقلي المُفكّر أن هذا مُخيفٌ إلى أن أدركتُ أن الصبيّ الصغير لم يكن يُفكّر "منطقيًا" على الإطلاق. كان يُريد فقط أن يكون مع أمّه. الصورة التي خلقتها كانت طريقتي لفهم الموقف: أمّه ماتت أيضًا، وكانت تنتظره قبل أن ترحل. ومع ذلك، للعقل المنطقيّ رأيه. كان عليّ أن أتجاوز ترددي الطبيعيّ لأُعرّض طفلًا لرؤية جثمان أمّه. سررتُ لأنّ صورة الموت في ذهني - جثمان في مشرحة - لم تكن صورته. كان حبّه وشوقه مُركّزين على أمّه لدرجة أنّ صورتها كانت كلّ ما رآه في ذهنه. فتحتُ الدرج حيث كانت الجثة محفوظةً وشهدتُ لمّ شملٍ مُذهلًا حيث امتزجت مشاعر الحبّ الشديد بين الأمّ والابن في رؤيةٍ من غبار النجوم الأثيريّ قبل أن تذوب في أضواءٍ مُتلألئة. اجتمع شمل الأمّ والابن وعادا إلى المنزل. للأطفال مكانةٌ خاصّةٌ في قلبي. كبشر، نتساءل جميعًا عما كان بإمكاننا فعله عندما قرأنا نحن، سكان "فرينج دويلرز" السبعة والعشرون في نوبة الليل، عن الانتهاكات المروعة التي تُرتكب أحيانًا ضد هؤلاء الأبرياء. في إحدى الحالات، جاءتني طفلة صغيرة تائهة، خائفة، ترتجف من الصدمة والبرد. كان من الواضح أنها تعرضت لصدمة نفسية، وأن موتها كان مروعًا حقًا. أبقاها خوفها وصدمتها عالقة في عالم ما بين هذه الحياة والآخرة. كنت هناك لمساعدتها على إيجاد النور. جلست، ووضعتها في حضني، ولففت ذراعي حولها. هدئتها قدر استطاعتي، فأبعدت شعرها عن وجهها الملطخ بالدموع وسألتها عن اسمها. أخبرتني، وفي غضون لحظات هدأت. وبينما استعادت طاقتها العاطفية هذه الحالة من الهدوء، تبدد جسدها الأثيري في ملايين الومضات الصغيرة، ولكن ليس قبل أن أشعر بالحب غير المشروط الذي كانت تتلقاه من العالم الآخر. لاحقًا، قرأت عن هذه الطفلة المسكينة في الأخبار. أنا ممتنٌّ إلى الأبد لأن رحيلها الحزين كان له نهاية سعيدة أبدية. في عملي على "وردية الليل"، أصادف مواقفَ فيها شيءٌ من الإلحاح، لكن الأرواح التي تنادي في لحظة الحاجة المُلِحّة ليست وحدها من

تحتاج إلى مرشدٍ لتجد طريقها إلى النور. بعض الأرواح تائهةٌ طويلًا، غير مُدركةٍ لحالتها المُتخلِّصة. هذا ينطبقُ بشكلٍ خاصٍّ على العديد من الرجال والنساء الذين لقوا حتفهم في الحرب. لقد جاء الجنود الذين تواصلتُ معهم من جميع أنحاء العالم ومن أيِّ زمانٍ مضى، لأنَّ الحربَ ابتليت بها كلُّ أمةٍ وكلُّ جيل.٢٨ نور الحب. يظهر لي كثيرٌ ممن سقطوا في المعارك بعد أن فُقدوا لفترةٍ طويلةٍ جدًا، وفقًا للمعايير الإنسانية. قد يشعرون وكأن تجوالهم لا نهاية له، ويتوقون إلى السلام. وبينما تبحث هذه الأرواح عن ديارها التي عرفتها يومًا، أو عن عائلاتها وأحبائها الذين آوتهم يومًا، يجهلون مرور الزمن على الأرض. لا يستطيعون فهم لماذا يبدو كل شيء مختلفًا، ولماذا ضاعت ديارهم. يبدو الأمر كما لو أن طبيعة موتهم المفاجئة والصادمة قد ثبتت وعيهم في زمان ومكان محددين لا يمكنهم التخلي عنهما. لا يزال وعيهم موجهًا نحو العالم الذي عرفوه. عندما أقابل هذه الأرواح، أشرح لهم أن من يبحثون عنهم ينتظرونهم في مكانٍ آخر، وأن عليهم البحث في مكانٍ آخر للعثور عليهم. بعد التحدث معي، يتمكنون من تغيير وعيهم، وتقبّل رحيلهم، والتوجه إلى أحضان النور حيث يجدون أخيرًا أحباءهم الذين ينتظرونهم هناك. نتيجةً للقاء هؤلاء الجنود، ازداد اهتمامي بالتاريخ وازدادت لديّ عادة مشاهدة الأفلام الوثائقية والأفلام عن الحرب. كثيراً ما يفيدني التعرّف على الزيّات العسكرية والأسلحة المستخدمة عبر التاريخ، لأفهم طبيعة الحرب التي خاضها جنودي المفقودون، وربما قليلاً مما مرّوا به. بهذه الطريقة، أتمكن من التعاطف معهم ومع ظروفهم عند الموت. يجب أن تفهموا: عندما أكون في حالة روحية وفي نوبة ليلية، أحمل معي الجزء من عقلي الموجّه نحو الحياة اليومية العادية. وكما هو الحال في أي وظيفة، من المفيد أن أكون على اطلاع، وكلما زادت المعلومات التي أحضرها إلى نوبة الليل، زادت قدرتي على التواصل مع روح تائهة. مع الموت، لا تكون عملية التخلي عنه سهلة دائماً. تحمل العديد من الأرواح معتقداتها وأفكارها المحدودة والمألوفة من حياتها الدنيوية إلى الجانب الآخر، متمسكةً بها لبعض الوقت قبل أن تكون مستعدةً لتجربة الاحتمالات اللامتناهية والحب غير المشروط الذي ينتظرها. إنهم يتشبثون لفترة وجيزة بفكرة أنهم ليسوا جزءًا من الرحمة الإلهية الخلاقة التي تشكل الكون. ومع ذلك، فبفضل التوجيه، يمكنهم تغيير الترددات بعيدًا عن المشاعر الثقيلة التي تمنعهم من إدراك أنهم واحد مع النور. وهذا صحيح هنا كما هو الحال في الجانب الآخر. إن نور الحب متاح لنا حتى في هذه الحياة الأرضية. يمكنك أن تجد دليلاً على ذلك في اللحظات العادية من يومك. الأمر بسيط: ترى ما تختار أن تنظر إليه. إذا نظرت فقط إلى الظلام - الحلقات المؤلمة في حياتك، وأعمال العنف والقسوة من حولك - فإنك تبدأ في بناء غمامات من السخرية وعدم الثقة والخوف حتى تصبح الصورة القاتمة هي كل ما تراه. هذه

النظرة لا تختلف عن نظرة الروح المثقلة بالأغلال التي تحملها إلى الجانب الآخر. هنا وهناك، نفصل أنفسنا عن المصدر عندما نتوقف عن ملاحظة نور الحب والرحمة الموجود في كل مكان حولنا. إن إعادة الاتصال بالمصدر ليست صعبة. انتبه إلى شرارات الفرح والجمال واللطف في حياتك اليقظة. تذكر الكلمة الطيبة من شخص غريب. شاهد فراشة وهي تهبط على وردة. استمع إلى ضحكة طفل مبتهجة وهو يشق طريقه عبر الجمال النابض بالحياة لأوراق الخريف المتساقطة على الرصيف. غيّر وعيك. توجد هذه اللحظات في كل مكان حولك طوال الوقت؛ ما عليك سوى البحث عنها. استحوذ عليها في عقلك وستبدأ في الشعور بالحب الذي يحيط بك، وينتظر بصبر أن يُلاحظ. في كل مرة أرى فيها روحًا تصبح واحدة مع النور، أكون على يقين من طبيعة الحب الحاضرة في كل مكان. | أفعل كل ما بوسعي، في هذا العالم وعلى الجانب الآخر، لتوجيه النفوس نحوه. ومع ذلك، نظرًا لأن الكثير من عملي في Night Shift هو مسألة الظهور في قصة قيد التقدم ثم تركها عندما ينتهي دوري، فقد وجدت أنه من المحبط عدم معرفة ما إذا كان عملي الروحي قد أحدث فرقًا أم لا. مثل فيلم تمت مقاطعته، لا أتمكن من رؤية النهاية. هل كل الأرواح التي هداتهم إلى النور تصل إليه حقًا؟ أعلم أنني قدتهم إلى هناك، ولكن على الرغم من كل تجربتي، لا يزال لدي شك عرضي. بالتفكير في هذا السؤال يومًا ما، قررت أن الدليل لا يهم. ما يهم هو فعل الرحمة نفسه. الحب هو التحقق من صحته. وضعت السؤال جانبًا، راضيًا بالإجابة ومستعدًا للعيش مع عدم المعرفة. في تلك الليلة، كنت في شكل أثيري ولكن مسافرًا في المستوى المادي. وجدت نفسي على جسر إسمنتي بجانب نهر. كان الظلام، وبالكاد استطعت أن أتبين الشكل البشري أمامي. كان في أواخر الثلاثينيات من عمره، على الرغم من أن الحياة ٣١ في Night Shift كمدمن للمخدرات جعلته يبدو أكبر سنًا بكثير. كنت أعلم أنه سيحتاج إلى مساعدة في العبور. كان بإمكاني أن أشعر بجسده ينهار. لقد أثرت سنوات من الإساءة الكيميائية وسوء التغذية سلبًا. كان على وشك الموت، لكن حياته الحزينة لم تكن خالية من الإساءة بعد. كان تاجر المخدرات حاضرًا أيضًا على الجسر، وشعرتُ بنية التاجر الخبيثة بإشعال النار في جسد ضحيته وإلقائه في النهر أسفله لتجنب التعرف عليه. كان المدمن يعلم أيضًا، وفي لحظاته الأخيرة، نادى على أي شخص، أي شيء، طلبًا للمساعدة - لإنهاء ألمه. لقد عانى جسده بما فيه الكفاية. مع أنني كنتُ هناك بجسدي الأثيري، أدركتُ أنني يجب أن أجد طريقة للتفاعل معه جسديًا، فهو لا يزال في واقع اليقظة. قفزتُ إليه، واندمجتُ معه. شعرتُ بكل الألم والحزن اللذين أوصلاه إلى هناك، بكل ندم من بحث عن بعض الفرح في الأماكن الخاطئة - غليون الكراك والإبرة. كان الرجل يحتضر بالفعل؛ كان همي الوحيد هو تركه يموت مع قليل من السلام الذي أفلت منه في حياته. ركزتُ كل طاقتي

لدحرجته من الجسر إلى الماء قبل أن يتعرض لمزيد من القسوة. أدرته على ظهره، ووجهه لأعلى، حتى يتمكن من التنفس، ودفعتنا بعيدًا عن التاجر قدر الإمكان. لقد طفانا معًا لبعض الوقت، ننجرف حول منعطف النهر وداخل الخليج، قبل أن أقفز مرة أخرى خارج جسده. بقيت معه، أطأ الماء، وأنا أعلم أنني لا أستطيع فعل أي شيء آخر له في تلك المرحلة. ٣٢ ضوء الحب ثم تركته يذهب. بقيت في الماء، أشاهده وهو يختفي عن الأنظار، ولكن ليس قبل أن يستقيم وألقى بي مودعًا. كان قريبًا جدًا من الموت لدرجة أنه استطاع رؤية شكلي الأثيري. كان يعلم أنه متجه إلى مكان أفضل، ولم يكن بحاجة إلى أن أقوده إلى النور. كنت أعلم أنه سيجد طريقه إلى هناك. افترضت أنه، مثل كل الأوقات الأخرى، ستكون هذه نهاية قصتي مع روح في مرحلة انتقالية، ولكن تبين أن الأمر ليس كذلك. كنت قد عدت إلى المستوى الأثيري عندما تحول المشهد فجأة. كان وقت الظهيرة، مشرقًا ومشمسًا، ووجدت نفسي على الشاطئ على بُعد خطوات من حافة النهر. لاحظتُ رجلًا يطفو، فرأيتُ أنه مدمن المخدرات. كان يسبح بالفعل، فأدركتُ أنه كان يبحث عني بنشاط. عاد بعد عبوره النهر ليجدني في الحلم. مشيتُ نحو الشاطئ وهو يدخل من الماء، وأعطاني ملاحظة عليها خريطة تُرشدني إلى مكانه. قبلتُ الخريطة، لكنني كنتُ أعلم أنني لستُ بحاجة إليها لأحدد مكانه على الجانب الآخر. لقد حصلتُ على رقمه، إن جاز التعبير. بدلًا من قراءة الخريطة، اخترتُ العودة معه إلى النهر الجميل الصافي لأسأله المزيد، متسائلًا عما يفعله هنا الآن بعد عبوره النهر. أمسك بيدي وقادني إلى عمق الماء وحول منعطف النهر، إلى مكان هادئ بعيدًا عن الأنظار. أذهلني حيوية جوهره وجمال جسده المثالي. لقد كان "نظيفًا" تمامًا، وكان من الممكن أن يمر كلاعب كرة قدم أوروبي وسيم للغاية. لقد كان رائعًا! على الرغم من أنه لم يكن يرتدي ملابس ٣٣ في Night Shift، إلا أنه كان مغطى بحيوية متوهجة. لم يسبق لي في تجاربي أن عاد أي شخص بهذه الطريقة. ألم يصل إلى النور كما ظننت؟ شعر بارتباكي، ولف ذراعيه حولي في عناق دافئ وأرسل لي الفكرة، "هذا ما تحتاجه الآن". كنت منهكًا وأمسك بي طافيًا، تمامًا كما أمسكت وجهه فوق الماء في لحظاته الأخيرة. شعرت به يغمرني بحب غير مشروط ويجدد روحي قبل أن يتركني. بدا الدليل الذي كنت أتوق إليه بشدة والذي بدا مهمًا جدًا بالنسبة لي غير ذي أهمية حينها. كان الأمر الأكثر إرضاءً هو رؤية كيف يمكن للشخص أن يترك هذه الحياة حطامًا جسديًا وعاطفيًا ويعود في لحظة في حالة من الكمال الروحي. قصة هذا الشاب توضح لي أنه مهما كانت الأخطاء التي نرتكبها في الحياة، فعندما نموت نُحتضن، ونصبح كاملين ومعافين، ونعود إلى النور الذي هو جوهر وجودنا. لا يوجد لعنة أبدية تنتظرنا. يُغسل الشعور بالذنب في ضوء الحب غير المشروط والمغفرة التي هي جوهر المصدر. لا داعي للخوف من

الموت. إذا كنت مريضًا أو مصابًا أو في ألم، يمكنك أن تتطلع إلى حالة مثالية من الصحة والشباب والحيوية على الجانب الآخر. لا يوجد ألم هناك - ولكن الحب موجود. إذا فقدت أحد أحبائك أو زوجًا أو فردًا من العائلة، فتأكد من أنهم ينتظرون للترحيب بك على الجانب الآخر. حتى الحيوانات المحبوبة تنتظرك هناك بمجرد عبورك. عندما تموت، تختبر العودة إلى الوطن. ٣٤ نور الحب لقد كنت حاضرًا عندما جاء أحباء شخص قريب من الموت لتحيته حتى قبل رحيله. كان هذا هو الحال عندما توفيت جدتي، التي كنت أسميها جدتي. رأيتها مستلقية على فراش موتها، محاطة بشخصيات من الجانب الآخر. عندما وصفت هذه الشخصيات لاحقًا لأمي، تعرفت على أحدهم على أنه أفضل صديقة لجدتي، التي توفيت قبل أربعين عامًا في حادث قطار. كم كان رائعًا أن تلتقي جدتي بصديقتها المفضلة الراحلة منذ زمن طويل! بعد عام من حلمي الذي أدى إلى لوحة ضوء الحب، كان لدي حلم مشابه جذبني مرة أخرى إلى جمال المصدر الذي لا يضاهى. كنت على قمة جبل ثلجي، أحوم في شكل أثيري. شعرت بأن كياني يجذب العناصر والطاقات بقوة متزايدة باستمرار حتى دارت حولي مثل دوامة. تراكمت طاقتها الهائلة إلى قوة إعصار، وبدأت تطير لأعلى نحو الشمس، مسرعة متجاوزة الأجرام السماوية المعلقة في الفضاء. شعرت وكأنني فراشة تجذب إلى لهب، ثملة بالحب الشامل الذي يلوح في الأفق. كنت عائدًا إلى المنزل. ثم، في منتصف الطريق إلى النور، فكرت، "لا، لا يزال هناك الكثير من العمل للقيام به." اتخذت قرارًا بالعودة ومواصلة عملي في نوبة الليل، وأنا أعلم بيقين تام أن ما ينتظرني ينتظرنا جميعًا عندما ينتهي وقتنا هنا.

الفصل الثاني شكرًا لك مدخل اليوميات

الخميس، ٣٠ أبريل ٢٠٠٤ مرهقًا، أستلقي على سريري، وأسأل "ماذا بعد، ماذا بعد؟" في ترنيمة معتادة. لقد كنت أسأل هذا السؤال طوال الأشهر الأربعة الماضية، منذ أن رأيت صديقتي لين في أيامها الأخيرة قبل وفاتها بالسرطان. كما كنت أعمل طوال الليالي لعدة أشهر، بقيادة وتعليم من كائنات النور التي تساعدني في شفاء الطاقة، وطوال الأيام لأرى الاحتياجات الجسدية للين. والآن وقد انتهى الأمر، يتردد صدى السؤال كما لو أنني لم أتركها تمامًا، كما لو كان هناك شيء آخر يجب القيام به. أدركت ما هو. لقد نسيت أن أشكر كل من جاء لمساعدتي وتعليمي - الكائنات الموجودة في عالم آخر، في بُعد آخر، والتي تجلب حبها الدؤوب واللامتناهي لعمل الطاقة. لقد جاؤوا إليّ في الأحلام بمخططات وجداول، موضحين

لـي أيـن أضـع يـدي، وكيـف أوجـه طـاقتي وأطبقهـا. لقـد قـدموا لـي اقتراحـات لنظـام غـذائي وعلاجـات المثليـة. لقـد منحـوني الحـب والتوجيـه والـدعم فـي كـل دقيقـة مـن الرحلة العاطفية المكثفة التي كنت فيها مع لين. أنـا ممتلـئ بالامتنـان، ملـيء بالشكر لكل ما أتذكره من تلك الأيام والليالي. فجأة، بدأت الغرفـة تمتلـئ بـالأرواح - كائنـات النور - تصب الحب في داخلي وفي الهواء من حولي. يبدو أن هنـاك المئـات منهم. للحظـة، جعلنـي الشك أتساءل، "هل يحدث هذا حقًا؟ هل يمكن أن يحدث هذا فـي ساعات اليقظة؟" لكن شكوكي تهدأ بالدليل أمام عينـي، وأرى كيف ينبعث النـور مـن قلـوبهم، والرحمــة اللانهائيــة تشـرق علــى وجـوههم. إنهـم يطفـون فـوق الأرض، يتمـايلون بلطـف كمـا تفعـل الأعشـاب البحريـة فـي مـد المحـيط. أي شـك لـدي يـتم امتصاصه ووضعه جانبًا بواسطة الفرح الجسدي الذي أشعر بـه فـي كـل خليـة مـن جسدي حيث يرفعني اللطف والحب من الزمن إلى العوالم الأخرى - موطن الـروح. ٣٨ شكرًا لك كواحد، ترفـع الكائنـات النورانيـة أذرعهـا اليمنـى وتلـوح كمـا لـو كانـت تقول، "لا بأس أنك نسيتنا. وأنت مرحب بك،" فـي لفتـة مـن الكـرم اللانهـائي. ظهـور الأرواح في ضوء النهار أمر نادر بالنسبة لي، لكنه يحدث بين الحين والآخر، تمامًا كما حدث في تلك الظهيرة بعد ثلاثـة أيـام مـن رحيـل لـين. ربمـا لأننـي تعلمت إزالـة الحـواجز بـين ورديـة الليـل وسـاعات اليقظـة، جـاءت الأرواح إلـيّ فـي ذلـك اليـوم، متسللة إلـى وعيي علـى خيط ذكـرى مـا فعلوه ومـا كانـت تعنيـه لـين لـي. كانـت لـين واحـدة مـن أفضـل صـديقتين لـي فـي المدرسـة الثانويـة. كنـا نطلـق علـى ثلاثينـا اسـم "الأصـدقاء الثلاثــة"، وكنــا نخبــر بعضــنا الــبعض بكــل شــيء. كانــت نيكــي ولــين الوحيدتين اللتين كنت قد أخبرتهمـا عن ورديـة الليل. التقيت بهمـا عنـدما كنت فـي الصف الثاني عشر وكانتا في التاسع. لم أقل ذلك حينهـا - كنت حينهـا حذرة بشـأن الكشف عن حيـاتي الليليـة الخفيـة والمحيـرة - لكننـي تعرفت علـى نيكـي فـي اللحظـة التي قابلتها فيها، لأنني رأيتها فـي رؤى قبـل سنوات. لـم يكـن وجههـا كمـا رأيتـه فـي الرؤى نيكي البالغة من العمر أربعة عشر عامًـا، بـل وجههـا كـامرأة أكبـر سنًـا، كمـا هــي الآن، وقــت كتابــة هــذه السـطور. فقـدت التواصـل مـع صــديقيّ بعـد زواجـي، وحـاولـت بنـاء حيـاة خاليـة مـن التجـارب الغريبـة والمُنفّرة التـي لـم أشـاركها مـع أي شخص آخر. أغلقتُ باب نوبة الليل كما لو كان بإمكـاني إنكـار طبيعتـي، وتجاهـل مـا كنـتُ عليـه. منقسمًا علـى نفسـي، ٣٩ سـاكنًا هامشيًا فـي نوبـة الليـل، انهـارت. قصـة كفـاحي فـي السـنوات بـين التفكـك وإعـادة البنـاء قصـة طويلـة، ولـن أنقلهـا هنـا. لـيس النضال هو المهم، بل التعلم الناتج عنه - العودة إلى الحب هي رسالته. فـي السنوات الطويلة الوحيدة - ما يقرب من عشرين عامًا - منذ أن رأيتُ أصدقائي، تساءلتُ عما إذا كان بإمكاني العثور مرة أخرى على التفاهم والقبول اللـذين عرفتهمـا معهـم حتـى يومٍ ما، في ذروة يأسي، طلبتُ المسـاعدة لروحـي المريضـة، وتـم الـرد علـيّ. القـدر،

أو التزامن، أو أي اسم تُطلقه على القوى التي تتجمع لتوجيه حياتنا إلى حيث يجب أن تذهب، قادني إلى كارولين لونغ. أصبحت مرشدتي، ومنحتني الأدوات اللازمة لإدارة حياتي. معها، تعلمتُ تقبّل الطاقات التي وُهبت لي والعمل بها. استخدمنا، من بين أمور أخرى، رحلة البحث عن الذكريات وتحرير المشاعر التي تراكمت على مر السنين. في العام الذي قضيته في العمل مع كارولين، دخلتُ مرحلة جديدة من حياتي، مُسلّحةً بالأدوات اللازمة للتأقلم مع المواهب غير العادية التي حدّدت واقعي. خلال عملي مع كارولين، استطعتُ تذكّر حادثة أخرى لظهور روح في ضوء النهار، كنتُ قد نسيتها منذ زمن. كنتُ في العاشرة أو الحادية عشرة من عمري. في ذلك اليوم تحديدًا، كنتُ وحدي في غرفتي، أحلم، عندما شعرتُ أن شيئًا كبيرًا على وشك الحدوث. بدأت شعرات جسدي ترتعش من شعوري بوجود شخص ما، أو شيء ما، معي في الغرفة. نظرتُ حولي، فرأيتُ كائنًا بالحجم الطبيعي يظهر من العدم. كان (لأنني كنتُ أعرف أنه ذكر) ملفوفًا بأشرطة متوهجة من الضوء، ويطفو على بُعد بوصات من الأرض. لم أصدق عينيّ، لم أُرِد تصديقهما، لكنه كان هناك - وكان يتجه نحوي مباشرةً. لم أستطع الحركة، مع أن رغبتي كانت أكبر من أي شيء في النهوض والركض لإنقاذ حياتي.كان جسدي وذهني مشلولين تمامًا. لا بد أن الكائن قد شعر برعبي. قال: "لا بأس. لن أؤذيك. ليس لديك ما تخشاه". لم تبدُ الكلمات كلامًا عاديًا، بل أشبه بصدى فكرة في رأسي. طمأنني كلامها على نحو غريب، حتى أنني بدأت أشعر بفضول طفيف تجاه هذه الروح الغريبة والخارقة للطبيعة - فضول كافٍ لأسمح لنفسي بالنظر في عينيه. كانتا عينا رجل عجوز لا يُحصى حجمه، مُكللتين ببشرة بنية متجعدة لدرجة أنها بدت وكأنها قد حُفرت بتجارب آلاف السنين. رأيت في أعماقهما الزرقاء المتلألئة بئرًا لا ينضب من الحب والرحمة والحكمة. عرفت حينها أن هذا الكيان لن يؤذيني، لكن جزءًا مني ما زال متمسكًا بخوفي. ابتلعت ريقي في عقلي وراقبته وهو يمد أصابعه بحذر نحو جبهتي، متوقفًا على بُعد لمسة. فجأة، تدفق تيار من الضوء إلى ذهني مثل تيار كهربائي، واندفع بسرعة كبيرة لدرجة أنني لمحت لمحات من خيوط زرقاء تتأرجح في الهواء من أطراف أصابعه إلى رأسي. شعرت كما لو أن ذهني كان خزانًا وأنه قد فتح صنبورًا من المعرفة الشاسعة والقديمة لدرجة أن العقل البشري لا يستطيع استيعابها، بل يستسلم فقط. ٤١ ساكن هامشي في نوبة الليل إلى جانب هذا السيل من المعلومات جاء شعور بالحب اللامتناهي الذي لا حدود له. بدا الأمر وكأنه يستمر ويستمر حتى توقف عندما اعتقدت أنني لا أستطيع تحمل المزيد. كنت مستلقيًا مذهولًا تمامًا، لكن الروح أمسك بكلتا يديه ممدودتين نحوي مع رفع راحتيه وقال، "هذه هدية. استخدمها جيدًا". مع ذلك رحل. أطلقت عليه اسم العيون الطيبة. بمساعدة كارولين، تذكرت تلك الزيارة. بدا الأمر كما لو أنها حدثت منذ زمن بعيد.

تذكرتُ ما عرفتُه منذ صغري: أنني تلقيتُ هدية، والهدايا تُشارك. دُعيتُ لتلبية نداء النفوس المحتاجة، ومساعدتها حسب قدرتي، مهما بدت غريبة أو غير اعتيادية. خلال عملي مع كارولين، قطعتُ شوطًا طويلًا في تقبّل ذاتي، وما أستطيع فعله، وقراري بتلبية طلب "العيون الطيبة". بالإضافة إلى تعلّم كيفية حشد وتوجيه طاقاتي بالتأمل والتخيل، اكتشفتُ كيفية ترسيخ نفسي وحمايتها. شحذتُ أدوات التركيز والقصد. بدأتُ العمل مع الكائنات التي دخلت حياتي في نوبة الليل لأعالج الأماكن المخفية في أعماق الخلايا والجزيئات. أصبحتُ أثق بنفسي، وأتحلى بالشجاعة في استكشافي لطبقات الواقع والوعي التي كانت تُشكّل مكاتب نوبة الليل. بدأتُ أقرأ عن ثقافات تفهم وتحترم دور الروح في العالم المادي. وجدتُ بعض التناغم مع تجربتي في كتب المعلمين الروحيين المعاصرين. أخيرًا، قررتُ استخدام الهبة التي وُضعت في يدي. تحدث الأمور في الحياة وقت الحاجة، عندما تكون أرواحنا مستعدة لها. تحدث من خلال التزامن وإعادة النظر في الحقائق التي يجب أن نواجهها إذا أردنا أن ننمو. وهكذا، في الوقت الذي تعلمتُ فيه قبول هديتي الغريبة والثقة بها واستكشافها دون خوف، تلقيتُ اتصالًا. كانت نيكي. لم أرها أو لين منذ عشرين عامًا، لكننا نحن الثلاثة لم ننسَ الرابطة الخاصة التي كونّاها. والآن، فجأةً، التقت دروبنا مجددًا. قالت نيكي: "لين تحتضر. نحتاجكِ هنا". ما نتج في النهاية من تلك الكلمات البسيطة والمباشرة كان إعادة ترتيب حياتي وخطوة أخرى في الرحلة التي بدت وكأنها مُعدّة لي منذ ما قبل ولادتي. الأشهر الأربعة التي قضيتها مع لين في نهاية حياتها هنا على الأرض قادتني إلى الرؤية التي رسمتها وسميتها لاحقًا "شكرًا لك". لقد ألهمت تجارب تلك الأشهر والرؤية التي جاءت بعد ذلك بقليل الكثير من أفكاري حول طبيعة الوقت والشفاء والامتنان والحب والوجود والموت. أؤمن بخلود الروح الشخصية بكل غرائبها. كيف لا أؤمن؟ لقد عملت مع الأرواح في عملية العبور مرات عديدة. إنهم قلقون بشأن أحبائهم هنا على الأرض، ويخافون أو مرتبكون من حالتهم الجديدة غير المجسدة. لديهم ٤٣ احتياجات لساكني الهامش في نوبة الليل وشخصيات مميزة - جوهر فريد - التي هي لهم من حياة إلى حياة. لا تشكك العديد من الثقافات في التناسخ. يعتقد أتباع الديانتين البوذية والهندوسية، على سبيل المثال، أننا نعود مرات عديدة إلى الوجود الأرضي. مثلهم، لا أشكك في التناسخ. لقد رأيت العديد من الحيوات البديلة تظهر في أحلامي، وأعرفها من خلال شعور خاص يميزها، مثل إدراك مكان كنت فيه من قبل. كانت ذكرياتي الأولى في هذه الحياة هي موتي في حياة أخرى. في تلك الحياة، كنتُ رجلاً في خضم حرب. كنتُ أنا ورفاقي نشق طريقنا عبر غابة كثيفة حارقة لأيام. توقفنا منهكين، وجلسنا لنستريح، لكن أكثر ما تمنيناه هو خلع أحذيتنا. شعرتُ بقدميّ كجذوع ألم حارقة مغلفة بجلد ثقيل لا يرحم. فككتُ رباط حذائي برفق مع زملائي الجنود وخلعتهما

بحـذر. كانـت قـدماي المتورمتـان مغطـاة بقـروح وبثـور مفتوحـة، كقـدمي رفـاقي. تساءلتُ كيف يُمكننا إعادتهما إلى الأحذية التي بدت الآن كأدوات تعذيب متنـاثرة فـي الفسحة الصغيرة. فجأة، سمعتُ صوتًا كطقطقة صغيرة. رفعتُ رأسـي لأرى بندقيـةً مُثبتـة بحربـة مُوجهـة نحـوي. كنـا مُحاصـرين. وبينمـا خـرج الجنـود الآسـيويون مـن الغابـة وأسلحتهم مُوجهـة، رفعنـا أيـدينا مُستسـلمين ونهضـنا ببطء. كـان قلبـي يخفـق بشـدة. حركـة خاطئـة واحـدة قد تعنـي المـوت. ٤٤ شـكرًا لـك. أشـار جنـود العـدو، مستخدمين البنادق والحراب، إلى أن نتقدم أمامهم نحـو الغابـة. كنت أعلـم أننـا، أينمـا كنا متجهين، سنحتاج إلى أحذيتنا. أشرتُ إلى قدميّ العـاريتين ثم إلـى حذائي، سـائلًا إيماءةً إن كـان بإمكـاني ارتـداؤهما مجددًا. ظننتُ أن العدو فهم، لكن مـا إن انحنيتُ حتـى أطلقـوا النـار. فـي تلك اللحظـة المركّزة، بدت الرصاصـات وكأنهـا تتسلل فـي الهـواء. راقبتُ كل شبر من تقدمهم فـي وعـيٍ مُتزايدٍ سيطر علـيّ. شـعرتُ بهـا وهـي تختـرق زيّـي العسـكري مـرارًا وتكـرارًا وتسـتقر فـي جسـدي. أصـابت الرصاصـة الأخيرة جبهتي، فألقت رأسي للخلف في انفجارٍ قوي. ساد الظلام كل شـيء. حلمتُ بهذا الحلم قبل أن أتمكن من المشي، وحلمتُ به مراتٍ عديدة منذ ذلك الحين. مشـهد الغابة، والزي الكاكي، والقبعات القماشية لجنود العدو، يوحي بأنه مشهدٌ مـن الحـرب الكوريـة. لقد حلمتُ أحلامًـا أخـرى متكـررة عـن الحيـاة البديلـة، وتسـاءلتُ إن كـان التكرار وسيلةً لي للتعبير عن مشـاعري تجـاه الحادثـة بطريقةٍ مـا. كتجربـة صـادمة، تتكرر ذكريات الأحداث المزعجة من حياة أخـرى حتـى تُحل. إحداها تتعلـق بنيكـي. في ذلك التجسيد، كنت رجلاً، وكنت أنا ونيكي زوجين. تفاصيل مشـهد الحلم تُـوحي بألمانيا في القرن العشرين خـلال الحـرب. مع بدايـة الحلم، كنت أنـا ونيكـي معًـا فـي محطـة قطـار. كـان الجـو مشـحونًا بنـوع مـن اليقظـة المفرطـة والحـذر. اقتربـت منـي امرأة وطلبت مني تحديد هوية رجلين، فأشرت إليهما. ثم دخلـت المـرأة إلـى الحمـام، لكن التفاعل جعلني أشعر بـالقلق. "شـعرت" أنهـا تفكـر فـي قتـل هـذين الرجلين. تأكـد قلقي عندما كنت أقف أمام البـاب مباشـرة، وسـمعتها تُـدبّر مـؤامرة مـع شـخص قابلهـا داخل الغرفة الرطبة سيئة الإضاءة. جذبت نيكي إلى الباب حتى نتمكن من الاسـتماع إلى التفاصيل ونقرر كيفية إحباط خطط المرأة الشنيعة. لا بد أنهـا أدركـت أننـا علـى الجانـب الآخـر مـن البـاب، لأنهـا فتحـت البـاب فجـأةً وأخرجـت مسدسًـا. دفعتُ نيكـي بعيدًا يمينًا بينما انحرفتُ يسارًا للانحناء حول الزاوية. تقدمت المـرأة للأمـام ودارت، ورفعت المسدس، وصوبت، وأطلقت النار علـيّ - كل ذلك فـي لحظـة. اختفـت بينمـا سقطتُ أرضًا، أنزف. هرعت نيكي إلى جانبي. فـي اللحظـة التاليـة، كنـتُ أنـا ونيكـي فـي حقـل مغطـى بـالثلج. كـان المطـر الجليـدي ينهمـر بغـزارة، ولسـبب مـا عرفتُ أن أقـرب طبيـب علـى بُعـد أميـال. كافحنـا للوصـول إلـى أقـرب مدينـة، لكـن بـدا الأمـر ميؤوسًا منه. كانت نيكي تحملني، تكاد تحملني، وأنا أضعف أكثر فأكثر بسبب جـرح

الرصاصة. عندما لم أستطع المضي قدمًا، اضطرت إلى تركي على الأرض المتجمدة بينما واصلت البحث عن المساعدة. انتهى الحلم وأنا أنتظر عودتها. ربما لم تتمكن من العودة في الوقت المناسب لإنقاذي حينها، لكن في إمكانيات الماتريكس اللانهائية، لم يفت الأوان أبدًا. لقد عادت في حياة أخرى لمساعدتي في تجاوز ٤٦ لحظة حرجة من لحظات الشكر. يمكننا اختيار العودة في حياة واحدة للوفاء بوعد حياة أخرى. ومن المثير للاهتمام أنني قابلت أيضًا والد نيكي في حياة أخرى. بالكاد عرفته في هذه الحياة، ولكن لم يكن الأمر كذلك دائمًا. لقد كان رفيقي في السلاح في الجيش الروماني. كان ضخمًا وقوي البنية، وأكبر مني سنًا، الذي كان في ذلك الوقت قد مر عليه عشرون عامًا أو أكثر في الخدمة. لقد راقبنا ظهور بعضنا البعض في العديد من المعارك وتشاركنا الثقة والرفقة التي يتمتع بها زملائي الجنود. عندما بدأ الحلم، كنا نسير نحو خيمة. لقد أتينا استجابة لرسالة تتحدانا لمعركة بالأيدي: نحن الاثنان ضد جنديين من جيش معارض. كان الذهاب مسألة شرف. حملنا معنا الدروع الصغيرة والسيوف القصيرة للقتال الشخصي. وصلنا إلى الخيمة حيث كان من المقرر أن نلتقي بمتحدينا، ورفعنا الغطاء، ودخلنا. كان مظلمًا وفارغًا في الداخل. تساءلنا أين أعداؤنا - بالتأكيد لن يتخلوا عن القتال وشرفهم معه. فجأة، عرفنا. التقت أعيننا وانخفضت قلوبنا. لن يكون هناك شرف هنا، فقط كمين جبان وموت محتمل يولد من قلب السياسة البارد غير الشخصي. لقد دخلنا إلى مسرح اغتيالنا. بمجرد وميض الفكرة بيننا، اخترق سهمان الخيمة. بالكاد كان لدينا الوقت للسقوط على الأرض ورفع الدروع الصغيرة لأي حماية صغيرة يمكن أن توفرها لنا عندما هاجمنا سيل من السهام ٤٧ من كل جانب. سمعت صوت صفير، صفير، صفير نسيج الخيمة عندما تمزقه السهام النحيلة القاتلة التي أمطرتنا فيما بدا وكأنه أبدية من الهجوم. فجأة، ساد الصمت. لقد انتهى الأمر. بأعجوبة، نجوت. رفعتُ بصري إلى الصمت المطبق، فلم أرَ سوى ذرات الغبار ترقص في أشعة الضوء الضيقة التي تتقاطع داخل الخيمة. كان والد نيكي، رفيقي ومعلمي، ميتًا. يطيب لي أن أظن أن أنوار روحه رقصت في المصفوفة كذرات فضية حتى اجتمعت مجددًا لتشكل الرجل الذي عرفته والد نيكي. لقد عشتُ رجلًا وامرأة في بلدان وقارات عديدة. لبستُ جلد أعراق مختلفة. لا شك أنني التقيتُ بالعديد من الأشخاص الذين أعرفهم في هذه الحياة في أوقات وأماكن أخرى. هذا ينطبق علينا جميعًا ونحن ندخل العالم المادي في تجسيدات مختلفة: نختبر تكوينات مختلفة من العلاقات مع بعضنا البعض، ونستكشف إمكانيات التفاعل مع بعضنا البعض. في حياة أخرى، ربما كانت والدتك ابنك، على سبيل المثال، أو ربما كانت صديقتك المقربة أختك. كان لدي حلم يصف التناسخ بطريقة بسيطة وجميلة. كنت جالسًا مع رجل في المستقبل، أنظر إلى كتالوج كان يُظهره لي بفخر وكان مليئًا بصور سيارة

أحلامه. ثم أخرج كتالوجًا آخر للصور يُظهر أجزاء قابلة للتبديل للسيارة. وأوضح أن كل شخص لديه سيارة أساسية - وهي مركبة تظل كما هي. فقط شكل السيارة يتغير، اعتمادًا على الأجزاء المختارة لتزيينها. تتكيف الزينة مع الزمان والمكان. بسيط! وله آثار مثيرة للاهتمام للغاية: نحن نختار كيفية تقديم أنفسنا للعالم المادي. ما نكون عليه عندما نأتي إلى الحياة - مهما كان عدد المرات - ليس مكافأة أو عقابًا على أحداث لم نتذكرها في أوقات أخرى، بل فرصة لتوسيع معرفتنا بأنفسنا. في حلم آخر، عُرض عليّ تمثيل جميل لما قد تبدو عليه الحياة المادية المتراكمة لكل فرد إذا تمكنا من رؤيتها. كانت السماء الزرقاء مليئة بأعمدة الطوطم الطائرة، كل منها مختلف، تعكس الجوهر الفردي والفريد الذي يمثل كل منا عبر الأبدية. كل شكل منحوت على عمود وكل شريط ملون زاهٍ يحيط به يمثل حياة مختلفة. كان لكل عمود طوطم مجموعتان من الأجنحة. كان أحد الزوجين مصنوعًا من الخشب، رمزًا للأرض وواقع اليقظة، وكانا بارزين إلى الجانب. كانت الأجنحة الأخرى أكبر حجمًا وأبيضًا ومزينة بالريش، مثبتة خلف الأجنحة الخشبية. كانت رموزًا لواقع الحلم الليلي. كانت هذه الأجنحة البيضاء الأكبر هي التي حملت أعمدة الطوطم عالياً في السماء الصافية. تعبر روحنا عن واقعي اليقظة والحلم، وطوطمنا هو الفن الذي نصنعه من أنفسنا، منحوتًا بأدوات العمل والعاطفة والنية. تعبر كل ضربة من الإزميل عن جوهرنا الإبداعي وتعدله بينما نتقن مهاراتنا. وجدت هذا الحلم شاعريًا بشكل خاص. لقد توصلت إلى الاعتقاد بأننا نأتي إلى كل حياة بمخطط - قائمة بالتجارب التي نرغب في خوضها أثناء وجودنا في ٤٩ كتجسيد أرضي. بالإضافة إلى اختيار الجنس والفترة التاريخية والظروف الأخرى، فإننا ندعو التحديات أو الصعوبات إلى الحياة من أجل التعلم منها. في بعض الأحيان تشمل هذه الأمراض أو العلل، والتي يمكن أن تكون دوافع قوية للنظر في الداخل حيث يكمن معنى حياتنا. لا أعتبر هذا الرسم البياني بمثابة قدر مكتوب على الحجر. تُعرض علينا التجارب التي رسمناها قبل التجسد، وكيفية استجابتنا لتلك التجارب هي مسألة إرادة حرة. نأتي إلى العالم المادي لتطوير أرواحنا، ونفعل ذلك من خلال الاستجابة للأحداث ثم التفكير في أفعالنا وأفكارنا ومشاعرنا. في كل تجسد للحياة، لدينا نقاط خروج - أوقات يمكننا أن نختار فيها الموت (أو لا). الولادة ولحظة الموت هما أمران بين ذواتنا العليا وخالقنا. لا يمكن لأحد آخر تجاوز هذا العهد. لا يمكن لأحد أن يختار لنا متى سنولد أو متى سنموت. جزء من تعليمنا هو التوصل إلى فهم أننا لسنا ضحايا لظروف عشوائية. لا تحدث لنا الأحداث دون تواطؤنا. في كل مرة نختار فيها العودة إلى الأرض، نفعل ذلك لنتعلم المزيد عن عهدنا بالخلق المشترك. الأشخاص الذين يأتون إلى حياتنا لا يفعلون ذلك عشوائيًا أيضًا. نحن ندعوهم، ونتعلم معًا في بيتنا الأرضي. كلنا جزء من قصة بعضنا البعض. أحيانًا يكون

المرض شخصية، والتأثير المتسلسل لعيشنا مع مرض الخمسين شكرًا، وربما موتنا منه، يلعب دورًا في حياة شخص آخر. هذا جزء من القصة أيضًا - طريقة يمكننا من خلالها تعليم بعضنا البعض عن الحنان والشفاء والحب. أنا شخصيًا أشعر بقدر كبير من التعاطف مع أولئك الذين يكتبون المرض في مخططاتهم، لأنهم من خلال محنتهم يمهدون طريقًا لتحدي نموهم ونمونا أيضًا. في اليوم التالي لوفاة لين، كان عليّ أن أتساءل عن الغرض من عملي في مجال الطاقة. لم يستطع إنقاذ صديقتي، وشعرت أن وفاتها كانت فشلي. ولكن من منظور الروح، فإن الموت هو المضي قدمًا، والخطوة التالية في رحلة الروح. إنه اختيار للقدوم إلى الأرض، واختيار، عندما يحين الوقت، للرحيل. لا يهدف الشفاء إلى إنقاذ الأرواح من رحلتها الخاصة، ولكن لمساعدتها على طول مسارها الفريد. لا يمكن فرض الحياة الأرضية على روح غير راغبة. ربما عادت لين إلى حياتي لتعلمني هذا الشيء بالذات. أيًا كان الحزن الذي شعرت به تجاه لين، فقد خففته معرفة أن الموت هو ازدهار الوعي في واقع موحد. قبل أن تغادر هذه الحياة، أخبرتني لين أن ما كنا نفعله في نوبة الليل كان له تأثير. لم أخبرها عن شفاء الطاقة الذي كنت أقوم به في الليل، ولكن في أحد الأيام قالت، "أتذكر أنني استيقظت الليلة الماضية ورأيت مجموعة من الكائنات الضوئية حولي، تمنحني الطاقة.وقال أحدهم: "ارجع إلى النوم. لم ننتهِ من العمل بعد". لا يمكنها أن تعرف كم ساعدتني كلماتها لاحقًا على تجاهل شكوكي والاعتقاد بأنني كنت أنجز شيئًا ما في نوبة العمل الليلية - وأن الآخرين كانوا يساعدون أيضًا. أو ربما كانت تعرف ذلك بالفعل، ولهذا السبب أخبرتني - وهي هدية أخرى من الهدايا التي قدمتها لي خلال تلك الأيام. بعد أن عبرت لين، جاءت إليّ في تجربة يقظة أخرى. بعد ليلتين من رحيلها، كنت أصعد الدرج باتجاه غرفة نومي. فجأة، بينما كنت أقترب من الباب، شعرت بتغير درجة الحرارة. غمر هواء بارد غرفتي، مشيرًا إلى وجود روح. مررت من خلاله، وانهارت على السرير. بينما كنت مستلقيًا هناك أنظر إلى السقف وأرتجف، بدأت أتساءل عن تجارب الأشهر الأربعة الماضية. "هل كان كل هذا مجرد صدفة؟" سألت. "هل أحدثت أي فرق حقًا؟ هل كان الأمر برمته خيالي؟" بينما كنت أفكر في هذه الأسئلة، تحول ارتعاشي إلى هدوء اهتزازي بينما انتقلت إلى حالة من الانتظار والترقب. أحدق في السقف فوق السرير، ورأيت بقعة من الضوء، والتي بدأت تنمو حتى أصبحت دائرة متوهجة فوقي. كانت تنبض باللون الأخضر اللطيف للشفاء والحياة الجديدة، مثل لون ورقة صغيرة تتفتح في الربيع. فجأة هبط شعاع من الضوء من مركز الدائرة مباشرة إلى قلبي. عاد إلي كل الحب الشافي والدفء والطاقة التي وجهتها إلى لين في تلك اللحظة وسمعتها تقول، "هذا لكل النور الذي ملأتني به. الآن أنا أرد الفعل." اندفع جسدي بالكامل بالدفء والحب. لم أشعر أبدًا بهذا القدر من الحب من قبل ... أبدًا.

شعرت بوعيي يندمج مع وعيها في تواصل مثالي ٥٢ شكرًا لك تجاوز التعاطف، وتجاوز التخاطر، إلى ما لا نهاية له. في وقت لاحق من تلك الليلة، حلمت برنين الهاتف. التقطتُ الهاتف لأسمع صوتًا يقول: "لين على الخط الأول". يبدو أن لين قد حصلت على ترقية؛ لديها الآن سكرتيرة بهاتف يعمل باللمس. اتصلت بي لتخبرني أنها "عادت إلى الكمال". لقد علمتني الأيام والليالي التي قضيتها مع هذه الصديقة التي تواصلت معي في لحظاتها الأخيرة أكثر مما يمكن لأي معلم أو دين أن يعلمني عن لانهائي الحب وحقيقة تجربتي. بدأت سلسلة اللوحات التي أقدمها لك بالفهم والثقة التي منحتها لي. لذا شكرًا لك يا لين. شكرًا جزيلاً لتأكيدك وتواصلك المستمر. أنت تعلم أنني لن أنساك وأعلم أنك لن تنساني. ناماستي. نتمنى أن نلتقي مرة أخرى في حياة أخرى. في غضون ذلك، لا تتردد في الاتصال في أي وقت.

الفصل الثالث مدخلك الشخصي

الثلاثاء، ١٤ فبراير ٢٠٠٦ إنها لحظة اجتماعية ممتعة في وقت الحلم. أحكي قصة لصديقة عن مغامرات قطتي البورمية وهي تصارع قرعًا. يتسلل صوت من الخلفية. كان خافتًا في البداية، ولكن مع ارتفاعه بدأ يزعجني. إنه مثل تلعثم الأصابع عند فركها على بالون منفوخ ويصل إلى مستوى أظافرها التي تخدش سطح السبورة. أرتجف لا إراديًا. أبذل قصارى جهدي لتجاهل التشتيت، وأواصل حكايتي، لكن الضوضاء مستمرة وتزداد ارتفاعًا. "ألا تسمعين ذلك؟" أسأل صديقتي أخيرًا، لكنها تدعي أنها لم تسمع شيئًا. أهز كتفيّ، وألتقط خيط القصة للمرة الثالثة، وبمجرد أن أبدأ من جديد، أدرك وجودًا شبحيًا من طرف عيني. إنها شابة - ربما في أواخر مراهقتها - ترتدي بنطال جينز أزرق وقميصًا أزرق مخطط بأكمام طويلة. إنها غارقة في الماء. شعرها الأشقر الطويل المتناثر ملتصق بخصلات متشابكة على وجهها. وجهها هزيل. تبدو وكأنها غارقة. أشعر بها قريبة الآن، تقف بجانب السرير، لكنني أرفض التخلي عن قصتي، حريصة على الوصول إلى السطر الأخير. فجأة بدأت هيئتها تتأرجح ذهابًا وإيابًا مثل صورة متوهجة من جهاز عرض أفلام قديم. بين الصورة المتذبذبة والصوت المتلعثم، كان الأمر مخيفًا للغاية. نفد صبري، | استسلمت أخيرًا والتفت إليها. "توقفي!" أطالب. "أنتِ تخيفينني!" "حسنًا، لقد لفتت انتباهك، أليس كذلك؟" قالت، مبتسمة قليلاً اعتذارًا. "نعم،" لادميت، "لكنه يخيفني، لذا توقف عن فعله من فضلك!" "هذا يسمى التفاخر،" أجابت، ومع ذلك اختفت. على الرغم من أنها لم تخبرني باسمها، أعرف أنها ديبي. لا تتواصل جميع الأشباح بنفس الطريقة أو لنفس الأسباب. ستكون دعوة المساعدة

من روح تائهة مختلفة تمامًا عن زيارة ودية - أو مناشدة للاعتراف، وهو ما كنت أتلقاه من ديبي، الشبح المتطاير. كان منظر ديبي المترنح والغامض ليكون أكثر رعبًا لو لم أتعلم منذ زمن طويل أن أثق بحدسي بشأن الأرواح التي أواجهها. كنت أعلم أن ديبي لم تقصد أي أذى لي؛ لقد اختارت فقط طريقة غير عادية ودرامية إلى حد ما لجذب انتباهي. كانت لحظة من وقتي واهتمامي كل ما تحتاجه، لذلك استخدمت ما يعادل شبح طفل ينتف كم شخص بالغ في منتصف محادثة. بمجرد أن اقتنعت بأنني لاحظتها، انطلقت. نتذكر جميعًا القشعريرة اللذيذة التي تصاحب قصة أشباح جيدة تُروى حول نار المخيم أو في غرفة مظلمة بينما تشتعل عاصفة في الخارج. تشكل هذه القصص جزءًا من تقاليد معظم الناس. الأدب والفن والسينما تحمل هذا التقليد إلى الأمام. قصة الأشباح لا تموت أبدًا. حتى لو تخلينا عن تلك القصص عندما نصل إلى مرحلة البلوغ، فإننا نحمل منها عددًا من الأسئلة: هل هناك حياة بعد الموت؟ وإذا كان الأمر كذلك، فهل يمكن أن يكون هناك اتصال بين العالمين؟ هل هناك بوابات من عالم إلى آخر؟ كيف ندخلها؟ هذه الأسئلة مهمة. الإجابات تشكل نظرتنا للعالم، ونظرتنا للعالم بدورها تشكل تجربتنا. يعتقد الكثير والكثير من الناس - وربما غالبية البشر - إيمانًا راسخًا بوجود حياة بعد الموت، وأن هناك بوابات بين الحقائق، وأن التواصل مع الأشباح ممكن. بالطبع، أنا ٥٧ واحد منهم. لقد قادتني تجربتي بشكل لا رجعة فيه وبحماس إلى هذا الاستنتاج. نادرًا ما تكون مواجهات الأشباح مخيفة. ومع ذلك، يشعر الكثير من الناس بالخوف في أول لقاء لهم - إذا حدث ذلك وهم مستيقظون. يمكن أن تكون مقابلة الشبح تجربة تغير الحياة وتفتح بابًا لفهم جديد لمن وما نحن عليه. مهما كانت الرسالة من الطرف الآخر، فإن وجود رسالة يُغيّر نظرتنا لأنفسنا وعالمنا. يُطلق الناس على الأشباح أسماءً عديدة - أطياف، أرواح، أرواح، كيانات. الأشباح أرواحٌ بلا جسد تتفاعل، لسببٍ أو لآخر، مع عالمنا المادي. أحيانًا تحمل رسالةً مُحددة، أو قد يكون ظهورها علامةً على أن لديها أمرًا ما لتحله، أو عملًا لم يُنجز. عندما نفكر في الأشباح، نفكر في أشياء مُحزنة: نهايات حزينة، كائنات تعود لتطارد الناس أو الأماكن التي كانت مهمةً لهم في الحياة. غالبًا ما ترتبط الأشباح بمكانٍ ما - سواءً كان منزلًا، أو غرفةً، أو شارعًا، أو حتى مرجًا مفتوحًا ساروا فيه يومًا ما مع حبيبهم. تؤمن العديد من الثقافات الأصلية بأهمية دفن رفات المرء في تراب وطنه. إذا لم يتم ذلك، فقد يعود الشبح لزيارة أحفاده، ويطاردهم، في الواقع، حتى يتم إعادة الجثة إلى الوطن ودفنها في أرضه الأصلية. عندما يرتبط الناس بالأرض بشكل خاص، فإن الدفن في مكان غريب يمكن أن يكون مؤلمًا للروح ويمنع المرور إلى النور على الجانب الآخر. ٥٨ أشباح فلاكر الذين يشعرون أن لديهم عملاً غير مكتمل قد يعودون إلى الأرض لحلها. على سبيل المثال، قد لا يرغب الشخص الذي كان مرتبطًا بالاحتفالات

والطقوس في الحياة في الذهاب إذا شعر أنه لم يتلق دفنًا لائقًا. لا يتعلق الأمر كثيرًا بالارتباط بمكان دفن معين بقدر ما يتعلق بالطقوس التي تصاحب الموت. قد لا يتطلب الأمر أكثر من كلمات الكاهن أو رغبات الأقارب المحبة وحفل صغير لإرسال الروح في طريقها. تتمسك بعض الأشباح بشخص أو علاقة يتذكرونها من تجسدهم. يعودون مرارًا وتكرارًا لإعادة زيارة ارتباطهم الأرضي. إنهم يطاردون ويطاردون بذكرى علاقات وجودهم المادي. إن المطاردة هي علامة على أن الشبح لا يمكنه المضي قدمًا بعد. الشبح المطارد ليس في وضع الطوارئ؛ إنه في حالة حداد، وحزن الحداد هو أحد أصعب المشاعر التي يمكن التخلي عنها. فهو يربطنا بالماضي وغالبًا ما يجعلنا نندم على ذلك الماضي. إنه يحمل مسحة من الحنين الحلو، وشوقًا يشبه الأمل تقريبًا. ولهذا السبب يصعب التخلي عنه. فهناك شيء لطيف فيه، شيء يقول إنه كان من الممكن أن يكون أفضل لو كنا نعرف المزيد فقط. إن تخيلاتنا عما كان يمكن أن يكون هي ما يطاردنا، وقد يمنع هذا الشوق الأشباح، وكذلك البشر، من المضي قدمًا. قد تتسكع الروح للاعتذار لأولئك الذين اعتقدت أنها آذتهم في الحياة. وفي كثير من الأحيان، فإن جرعة جيدة من الغفران أو التأكيد على أنه يمكنه العودة في تجسد آخر ليجعل حياته أفضل سترسله أخيرًا في طريقه. ٥٩ ساكن هامشي في نوبة الليل ليست كل الزيارات الشبحية حزينة كما قد تبدو، لأنه ليست كل الزيارات الشبحية مسكونة. في بعض الأحيان تعود الأشباح إلى واقعنا على خيط من الحب، على أمل معرفة كيف تسير الأمور. كانت جدتي تأتي بين الحين والآخر لتُلقي التحية وتطمئن على أحوال العائلة. صادفت أحد أحلامي بعد وفاتها بفترة وجيزة. دخلتُ تجمعًا عائليًا ورأيتُ جدتي واقفةً بجانب والدتي. لم أتعرف عليها في البداية، لأنها كانت ترتدي زيًا لم تكن لترتديه أبدًا وهي هنا. ذكّرني بشيء من خزانة ملابس الملكة إليزابيث - سترة وتنورة بلون أزرق سماوي فاتح مع قبعة عريضة الحواف مزينة بدانتيل أبيض. وبينما كنتُ أقترب، لاحظتُ ابتسامة جدتي المشرقة وتعابير وجهها المرحة. اعترفت ضاحكةً بأنها لم تكن معتادة على الظهور "بهذا الشكل" وأنها تجد صعوبة في إبقاء نفسها معلقةً فوق الأرض قدر الإمكان. كانت على بُعد إنش أو اثنين فقط من الأرض، تكاد تضحك وهي تطفو إلى الأعلى. سحبتها برفق وثبتتها حتى تأقلمت. مبتدئون... صدقوني. كان المصريون القدماء يصورون الأشباح بكامل ملابسها، وهكذا أراهم أيضًا. يعتقد البعض أنه من السخافة أن تهتم الأرواح بالملابس، لكنني سعيد بذلك. أولًا، سيكون من المشتت جدًا أن أشعر وكأنني في مستعمرة عراة! قد أكون مشغولًا جدًا بمحاولة البحث في كل مكان آخر لدرجة أنني سأفوت الرسالة. ولكن الأهم من ذلك، إذا كانت الروح غريبة عني، فإن ملابسها تساعدني في التعرف على هويتها ومكانها وزمانها. إنها تخبرني عن عمرها عند وفاتها. حالة ملابسها تعطيني دلائل حول

ظروف وفاتها. على سبيل المثال، أخبرني قميص ديبي وبنطالها الجينز أنها كانت صغيرة نسبيًا. كانا مبللتين تمامًا، لذلك عرفت أنها على الأرجح غرقت. يمكن أن تكون الملابس جزءًا من الرسالة التي تحاول الأشباح أو الأرواح إيصالها، أو جزءًا من صورة الروح الذاتية - تعبير عن كيفية تذكرها لنفسها. كل هذا جزء من الرسالة. ليس كل ظهور للأرواح يهدف إلى إيصال رسالة. عندما يقترب رحيل الروح، وعندما يدنو الموت، أحيانًا ما يكون هناك تجمع للأشباح في الجوار، ينتظر أن يصطحب الروح السائرة إلى واقع جديد. لقد رأى الكثيرون هذه الوجودات تحوم قرب فراش الموت. لا بد من الترحيب بلجنة ترحيبية تنتظر الروح التي توشك على العبور. إنه تجمع بهيج، ومن حالفه الحظ بوجود أحدها إلى جانبه سيحظى برحلة رحيل هادئة. أحيانًا تأتي الأشباح لتعزيتنا، وتطمئن أحباءنا على استمرار وجودهم وسلامتهم. قد يزورنا شبح يقف بهدوء في الزاوية ليتذكر الحب والحنان اللذين شعر بهما في الغرفة. إن وجود مثل هذا الشبح يجلب البركة على التجمع. أعتقد أن حضور شبح في ختام تجسده - مراسم توديع جسده ودفنه - ليس أمرًا نادرًا. إنها طريقة الروح لتوديع الأرض وكل من اجتمعوا نيابة عنها في الجنازة. قد تظهر الروح في التجمع بطرق غير متوقعة، مثل شكل حيوان أو شيء يربطه الأصدقاء والأقارب بالمتوفى. الأشخاص الذين لديهم حس فكاهة قوي في الحياة غالبًا ما يظهرونه مرة أخرى في اتصالاتهم الشبحية. كان لدى لين الكثير لتخبرني به عن الرسائل المسلية والمرحة للأشباح. أحبت لين الخنافس - كان منزلها دائمًا مليئًا بها، وكان افتتانها بها نكتة كبيرة بين جميع أصدقائها. اعتادت أن تقول "فقط امتص المصاصات الصغيرة"، وهي تسلّمني المكنسة الكهربائية، لكننا جميعًا كنا نستطيع أن نقول إنها تحبهم. بينما كنت أنا وصديقتي نغادر الكنيسة يوم جنازة لين، رأينا خنفساء صغيرة على الباب. نظرنا إلى بعضنا البعض - كنا نعرف أنها لين تستمتع معنا. لم تكن لين خجولة من إعطائي نصائح عملية من الجانب الآخر أيضًا. في أحد الأيام بعد عبورها بقليل، كنت أتسوق لشراء قميص قصير للجري. كان في يدي واحدٌ عندما سمعت صوت لين. قالت: "لستِ بحاجةٍ إلى ذلك". تبادلتُ معها أطراف الحديث الصامت. قلتُ: "بلى، أحتاجُه"، فأجابتني لين بحزم: "لا، لستِ بحاجةٍ إليه". قررتُ الأخذ بنصيحتها وغادرتُ المتجر خالي الوفاض، وما زلتُ أتذمر قليلاً. لاحقًا، في المنزل، فتشتُ صناديق ملابسها، محاولًا معرفة ما سأفعله بها. وجدتُ بينها عددًا من القمصان التي كنتُ أشتريها. كانت تناسبني تمامًا، واضطررتُ للضحك. كانت نصيحة التسوق آخر شيءٍ أتوقعه من عالم الأرواح. ٦٢ ذا فلاكر. تختلف آليات التواصل بطبيعتها بمجرد أن ننتقل إلى بُعدٍ آخر. غالبًا ما تجد الأرواح صعوبةً بالغةً في التواصل مع المستوى المادي الأكثر كثافةً من واقعها النجمي. تعمل الأرواح على ترددٍ مختلف، حيث لا معنى للزمان والمكان، ويكون التواصل

تواردًا. عندما تحاول الأرواح والأشباح التواصل مع الأحياء، غالبًا ما تواجه صعوبةً في الالتزام بقواعد العالم المادي. الأرواح التي لا تدرك أنها تخلت عن جسدها المادي ستحاول في البداية التواصل بنفس الطرق التي اعتادت عليها أثناء تجسدها، ويمكنها أن تكون مبتكرة للغاية بشأن ذلك. قد يسلموني ملاحظة أو خريطة، أو يقدمون تمثيلات رمزية يأملون أن أفهمها. حتى أنهم قد يعزفون موسيقى يشعرون أنها ذات معنى بالنسبة لي. لقد استمتعت بشكل خاص بالشبح الذي عزف أغنية Close Encounters لجذب انتباهي. الآن هناك روح تتمتع بروح الدعابة! غالبًا ما يكون من الأسهل على الأشخاص المقربين مني في الحياة التواصل معي أكثر من أولئك الذين لم يعرفوا. اتصالاتهم أقوى، ولا يحتاجون إلى اللجوء إلى أساليب غريبة للوصول إلي. قد تكون التلميحات والقرائن في الرسالة مألوفة، لذلك لا يحتاجون إلى الكثير من الترجمة من جانبي أيضًا. إذا أرادوا إخباري بأنهم موجودون، فيمكنهم فعل ذلك بعدة طرق، مثل الظهور في شكل خنفساء. قد يُنتجون عطرًا أو رائحةً أتعرف عليها على أنها خاصة بهم، أو يضعون أشياءً ربطتها بهم في طريقي. ٦٣ ساكن هامشي في نوبة الليل دوامات الألوان هي وسيلة أخرى للأشباح لقول مرحبًا. ظهر لي بعض أحبائي كسحب من الألوان، مثل ومضات صغيرة من الضوء تلعب على الثلج. جاءت إحدى الزيارات المبهجة من صديقة كانت في الحياة مجرد شبح صغير لامرأة. ظهرت لي كجني، مع ذرات غبار لامعة ترقص في كل مكان حولها. قالت: "كيف يعجبك مسكننا الجديد؟" نظر زوجها إلى أسفل عندما أخبرته، وذكرى زوجته العزيزة تملأ قلبه. كان وصفي لزيارتها مشابهًا لها - مرحًا وممتعًا. زارتني أرواح أخرى ككرات، مع حلقات ملونة من الضوء تمتد من أجسادها.يصاحب عرض الأضواء دائمًا جوهرٌ مميزٌ يعكس الشخصية التي عرفتها على الأرض. أو قد يتجسدون كما كانوا في الحياة، ولكن بقواعد مختلفة قليلاً. بعد رحيل لين بفترة وجيزة، عادت لزيارتي في الحلم. كنت أسير في غرفة، فظهرت أمامي بجسدٍ صلبٍ كما تجسّدت في الواقع. فاجأني هذا. من النادر أن تعود الروح بجسدٍ صلب. قلتُ: "أنا أحلم. أعلم أنكِ مجرد صورة. لماذا تظهرين لي هكذا؟ أعلم أنكِ الآن أثيرية، فلماذا تبدين صلبة؟" لم تُجب، ولم تتزحزح. وقفت أمامي مباشرةً، تُجاري كل حركةٍ لي وأنا أتحرك يمينًا ويسارًا في محاولةٍ للالتفاف حولها ومواصلة سيري. قالت: "لا يهم السبب. فقط انغمس في أعماقي واشعر". بمجرد أن بدأتُ أفكر بها جديًا، أدركتُ كم افتقدتُ لين. بمجرد أن أصابني ألم غيابها، مددت يدي لأضمها بين ذراعي. لم يكن هذا مثل أي تفاعل سابق مررت به بين اليقظة والحلم. كان بإمكاني أن أشعر بجسدها - جوهرها وحجمها ووزنها. "كيف يكون هذا ممكنًا؟" قلت. "هذا لا معنى له." مرة أخرى، أخبرتني أن أتوقف عن محاولة التبرير وأن أسمح لنفسي بالشعور. كان الفرق بين

ذكرياتي عنها وهي تتلاشى في الحياة التالية وكيف اختبرت وجودها في هذا الحلم مذهلاً. لم تكن مترددة ولا متذبذبة، كانت واقفة شامخة. كانت بشرتها ناعمة وصحية، وعيناها مشرقتان ولامعتان. كان شعرها لامعًا، واختفى اللمعان الذي تذكرته من العلاج الكيميائي. كان شعورًا رائعًا لمجرد معانقتها، وضمها بقوة - أن أشعر بحيويتها وصحتها. ظللت أخبرها كم افتقدتها. بعد تحية القلب، جلست بجانب جهاز كمبيوتر ظهر في الغرفة. بدأت تكتب، شارحةً مدى رغبتها الشديدة في التواصل مع الناس، وكم كان ذلك مُرهقًا. رأيتُ العزم في عينيها وهي تُمرر أصابعها على لوحة المفاتيح. كان استخدام الحاسوب في محاولاتها للتواصل أشبه بلين. في حياتها، كانت شغوفةً بكل ما هو إلكتروني. يوم وفاتها، أعلمتني بأسلوبها الفريد أنها على وشك الرحيل: فجرت حاسوب منزلها وعبثت بأضواء منزلي، مما تسبب في وميضها وإطفائها في كل غرفة دخلتها. بلمسة إبداعية مميزة، أرسلت لي رسالةً وهي تُعبث بمشغل الأقراص المدمجة الخاص بي بينما كنتُ أركض في نوبة الليل. ظلّ القرص يتذبذب، وسمعتُ مقتطفات من أغانٍ مُختلفة تُشكّل رسالة. "حان وقت الوداع"، بدأت الرسالة واستمرت من هناك. اليوم هو آخر يوم أستخدم فيه الكلمات. لقد رحلت الآن، فقدت معناها، ولم تعد تُجدي نفعًا. أنا مسافر، تاركًا المنطق والمعنى. أسافر إلى أحضان اللاوعي. لا قوة أعظم من قوة الوداع. تعلم أن تقول وداعًا. أتوق إلى الوداع. ما زلت أشعر بالقشعريرة كلما فكرت في الأمر أو سمعت الموسيقى التي كانت تُعزف ذلك اليوم. كنت أعلم أنها تتأرجح بين العوالم. توقفت عن ركضي وعدت إلى المنزل، لكنني لم أستطع الوصول إليها قبل وفاتها. ربما كانت تعلم أن ذلك سيحدث فاختارت أن تقول وداعًا لي على طريقتها. التواصل، بالطبع، طريق ذو اتجاهين. نصفه يعتمد على قدرتي على ترجمة "لغة" الروح. مع قليل من الحظ، أستطيع التقاط رسالة وفك رموزها وتركيبها بطريقة منطقية. تُحدث القدرات الإبداعية الفردية للأشباح كمتواصلين فرقًا كبيرًا في قدرتي على فهم رسائلهم. يدرك أولئك الذين يجيدون التواصل أن استخدام ارتباطاتي لتوصيل الفكرة أكثر فعالية بكثير من توقع فهمي لأفكارهم. The Flacker ٦٦ على سبيل المثال، يدرك بعض الأشباح أنه إذا وضعوا رسالتهم في سياق فيلم أعرفه جيدًا (لأنني مدمن أفلام)، فسأفهم المعنى. ذات مرة، جاءت روح إلى حلمي باسم كيرت راسل. استغرق الأمر مني بعض الوقت لمعرفة ذلك، لكنني أدركت أخيرًا أن الروح كانت تقرأ عن بعد ارتباطاتي ليس مع كيرت راسل نفسه ولكن بدور لعبه كيرت كمدرس في أحد أفلامه. إذا لم يكن معنى الرسالة واضحًا في البداية، أطلب المزيد من التفاصيل ونحاول مرة أخرى. تبذل الأرواح قصارى جهدها للتوضيح، وأبذل قصارى جهدي لالتقاط الإشارات. إنه مثل لعبة تمثيل أدوار غريبة. غالبًا ما يكون الاهتمام بالتزامن هو المفتاح. كل هذا جزء من فن السماح

للتواصل بالظهور بطريقته الخاصة ومعرفة أنه قد لا يحدث كل شيء دفعة واحدة. تفضل العديد من الأرواح المجيء إلينا في وقت الحلم. من الأسهل عليهم فعل ذلك لأنهم يعلمون أننا تخلينا عن منطقنا في عالم اليقظة. واقع الحلم هو عالم الأثير، حيث يمكن للأرواح أن تلتقي ببعضها سواء كانت لا تزال تعيش في عالم مادي (مثلك ومثلي) أو تعيش كليًا في عوالم أخرى. لذا علينا أن ننتبه للقاءاتنا في عالم الحلم. عندما يأتي إليّ أحد الأسلاف أو أحد الأحباء أو المعارف في المنام، لا أشك في حقيقته أو في حقيقة الزيارة. بالنسبة لي، كان اللقاء قد تم. أحيانًا يأتي إليّ أحدهم في المنام برسالة لينقلها إلى شخص آخر. كانت تلك قضية "ساكن الهامش رقم ٦٧ في وردية الليل" بعد وفاة عمتي الكبرى بفترة وجيزة. كانت ابنتها، وهي ممرضة مسجلة، قد كرّست حياتها لرعاية والدتها لسنوات عديدة. أرادت عمتي مني أن أشكر ابنتها وأخبرها أنها تقدر كل ما فعلته ابنتها، فقالت: "أعرف ما ضحت به من أجلي". أريدها أن تعرف ذلك. لسببٍ ما، يصعب على الناس التعبير عن الحب والامتنان، حتى عندما يشعرون به ويعرفون وجوده. ربما يظنونه علامةً على العاطفة، أو ضعفًا من نوعٍ ما. لكنه في الحقيقة أقوى قوةٍ على وجه الأرض، والحب الذي نمنحه للآخرين يُحدث فرقًا، سواءً أكان كبيرًا أم صغيرًا. بنقل هذه الرسالة، ساعدتُ عمتي على التعبير عن الامتنان الذي لا بد أنها شعرت أنها أهملته في حياتها. احتاجت الابنة إلى معرفة أن مساهمتها مُقدّرة، وأن كليهما شُفي في هذه العملية. شفاء الروح أهم من شفاء الجسد. أدركتُ هذا عندما كنتُ مع لين في أيامها الأخيرة. لقد كبتت، خلال حياتها، جوانب مهمة من ذاتها - نفس التجارب النفسية والوعي الذي عانيتُ منه طويلًا. الآن، بدأت العديد من تلك الجوانب بالظهور من جديد. بينما كنا نتحدث عن صداقتنا المبكرة والتجارب الاستثنائية العديدة التي مررنا بها معًا، أخبرتني أنها تريدني أن أعرف مدى أهمية أن أكون على طبيعتي، مهما بدا ذلك غريبًا للآخرين. كنت بحاجة لسماع ذلك، لأنني كنت لا أزال أحمل الكثير من الشكوك حول نفسي آنذاك. منحتني كلماتها الشجاعة لأكون على طبيعتي دون خوف. ٦٨ أخبرتني فلاكر لين أيضًا أنها عادت للتواصل مع مرشدها الروحي، وأنه أحضر لها رؤية. رأت غيومًا تمر في السماء، تعرض مشاهد من حياتها. من الشائع جدًا أن يسترجع من يعرفون قرب النهاية حياتهم، ولكن ليس بهذه الطريقة المباشرة عادةً. بدا وصف لين أشبه بمراجعة الحياة التي يرويها كثير من الأشخاص الذين مروا بتجارب الاقتراب من الموت. يقولون إن كل تفصيل من حياتهم يتكشف أمامهم في بانوراما ثلاثية الأبعاد، ويستطيعون رؤية كل ما فعلوه، وكيف أثر كل فعل وفكرة على من حولهم. مراجعة الحياة نوع من الحكم، ولكن ليس الله، كما يقولون، هو القاضي: نحن نحكم على أنفسنا. هذا مثير للاهتمام لأنه يعني أن أرواحنا تعرف بالفعل ما هو الصواب من الخطأ. يقول الأشخاص الذين

يعودون من مراجعة الحياة هذه أيضًا أن تجربة الاقتراب من الموت تغير الطريقة التي ينظرون بها إلى الحياة. إنهم يفهمون حقًا قوة اختيارهم الحر. لقد أدركوا أن الحب أهم من أي شيء آخر. أرادت ديبي فلاكر شيئًا صغيرًا - لحظة من الاعتراف. إن مجرد "مرحبًا، أراك" ليست صعبة، لكنها كانت مهمة جدًا بالنسبة لها لدرجة أنها ظهرت بشكل شبحي للحصول عليها قبل أن تمضي قدمًا. | ما زلت لا أعرف من كانت أو ما حدث لها. أنا سعيد لأنني تمكنت من المساعدة. إذا رأيت شبحًا، فتذكر نصيحة دوغلاس آدمز من دليل المسافر إلى المجرة: لا داعي للذعر! مجرد "مرحبًا" ستفي بالغرض.

الفصل الرابع الرماديون مدخلك الشخصي

الأربعاء، ١٤ يناير ٢٠٠٣ لم يكن الأمر سيئًا في البداية، عندما كان مثل طحن أوراق الخريف الجافة تحت الأقدام. ولكن مع ذلك، سرت قشعريرة خفيفة على طول عمودي الفقري وأسفل ساقي مثل نسيم من الظلال الطويلة لفصل الشتاء القادم. شعرت وكأنها تحذير من البرد. وبينما كنت أستمع، ازداد الصوت. ما هذا؟ فكرت. هل هذه أوراق؟ لا، ليست أوراقًا. كان مستمرًا للغاية، لا هوادة فيه. كان شيئًا ما في الجدران، شيئًا يريد الخروج. كان أشبه بـ... هروب. مثل سرب من ألف حشرة تخرج من الجدران، ربما، قادمة من العدم وفي كل مكان. ساكن هامشي في نوبة الليل مرت الصور في ذهني- وعاء الغبار، المزارع المرتجف، مصر، الجراد ذو الفكوك التي تنقر بشهية نهمة. وقفت الشعيرات أسفل مؤخرة رقبتي. شعرت برعب لا اسم له. ثم رأيتهم - مصدر خوفي المتزايد. أشكال رمادية - تلوح في الأفق، محتاجة، جائعة، عطشى. كانوا متجمعين، مترابطين بطاقاتهم المظلمة، بثقل محنتهم. لبسوا هذا المحنة، وجمعوها حول أنفسهم بحثًا عن أي دفء هش قد يوفره. لكن بالطبع لم يكن هناك دفء. لم يكن هناك سوى الفقر والبرد والرفض والجوع المؤلم اليائس. اندفعوا نحوي ككتلة، عطشى. عطشى ماذا؟ لا شيء، كل شيء. عطشى فقط، فارغة، مليئة بالنقص. عطشى بالنقص. فجأة، شعرتُ بضآلة حجمي - ضوء خافت في اليأس الكامن الذي يتجه نحوي. لو وصلني ذلك الظلام، لكنت تائهًا، مستهلكًا، لا شيء سوى ساق جُردت من ثمرها. هرع عقلي لبناء صندوق المرايا الذي سيحميني. في الأعلى، في الأسفل، للأمام، وللخلف، بدأت الأسطح العاكسة تتشكل، لكن الوقت كان قد فات. بدأت أشعر بالفعل بالطاقة المظلمة تسحبني إلى الأسفل. "أوه، #%&*!!!" فكرت. "أخرجوني من هنا!" وبهذا رحلت. ٧٢ الرماديون كما تقول الأغنية، اعرف متى تمسك بهم، اعرف متى تطويهم، اعرف

متى تبتعد. أو في هذه الحالة، اركض. استيقظت وأنا أشعر وكأنني بالكاد تمكنت من تحرير نفسي من حشد من الأرواح الغارقة التي تمسك بي في محاولة لإنقاذ أنفسهم. ميلي ثانية أخرى، وكنت سأُسحب معهم. راجعت اللقاء مرارًا وتكرارًا. تذكرت لحظة وجيزة قبل أن أركض عندما لاحظت روحًا واحدة منفصلة قليلاً عن الآخرين. كنت قد فكرت أنه إذا تمكنت من فصلها عن البقية، يمكنني توجيهها إلى النور. لكنها كانت منغمسة في ذاتها للغاية، ومنخرطة في ألمها الخاص، لدرجة أنني لم أستطع اختراق فراغها الساحق والكئيب. ربما لم ترغب في التغيير - أرادت فقط أن تجذبني إلى بؤسها الخاص. لو التقيت بها عندما كانت بمفردها، لكنت فعلت المزيد، ولكن كما كانت، كانت قريبة جدًا من قوة الجماعة، ولم يكن هناك وقت. شعرت وكأنني عامل شباب يرى إمكانية مساعدة فتاة على هامش عصابة. إذا تمكنت من الحصول عليها بمفردها، فقد تتمكن من التحدث إليها، ولكن هذا غير ممكن بينما الآخرون موجودون. تتجمع الأرواح ذات الاهتزازات المتشابهة معًا مثل المغناطيس وتخلق طاقة أقوى بكثير من طاقة الأرواح الفردية التي تشكل الجماعة. إنها نفس القوة التي تخلق عقلية الغوغاء. يمكن القبض على الأفراد وسحبهم إلى تيار الطاقات المظلمة. من الصعب جدًا الوصول إلى هذه الأرواح، لكن الأبدية وقت طويل وفي النهاية يتمكن عمال النور من سحبهم، واحدًا تلو الآخر. ٧٣ ساكن هامشي في نوبة الليل الرماديون، غير قادرين على الشعور بالضوء، موجودون في جحيم من صنعهم. الأماكن مثل المطهر أو الجحيم ليست أماكن حقيقية؛ إنها مجرد اثنتين من المساكن العقلية الممكنة التي نصممها ونعيش فيها. نبنيها لأنفسنا بأفكارنا وأحلام يقظتنا والعواطف التي تولدها أحلام يقظتنا. تثرثر الأفكار في أذهاننا في كل لحظة يقظة. تصبح أشبه بضوضاء المرور لدرجة أننا نتوقف عن ملاحظتها. بحلول الوقت الذي نصبح فيه بالغين، نكون قد شكلنا معتقدات - حقائق شخصية تقبلناها بكل إخلاص ولم نعد نهتم بالنظر إليها. نرتديها مثل النعال القديمة المريحة. ولكن في بعض الأحيان تصبح نعالنا قديمة جدًا لدرجة أننا نضطر إلى الحصول على زوج جديد، وفي بعض الأحيان يتعين على حقائقنا الشخصية تغييرها لأنها لم تعد تعمل بعد الآن. نعاني أو نمرض أو نغرق في البؤس. ثم نحتاج إلى النظر في معتقداتنا وتقييم أحلام يقظتنا. الأفكار وأحلام اليقظة هي صلوات تُقدم وتُستجاب في كل منعطف. يجيب عليها المصدر دون حكم. لدى الكثير منا أقوال مفضلة نستخدمها للتعبير عن معتقداتنا. قد نقول مرارًا وتكرارًا، "لا أستطيع تلبية احتياجاتي"، أو "إنه عالم يأكل فيه القوي الضعيف"، غير مدركين أن هذه التراتيل المستمرة تشكل تجربتنا. إذا فكرنا في الأفكار على أنها صلوات، فسننظر إليها بطريقة مختلفة. هل نريد حقًا أن نصلي ألا تلتقي الغايات أبدًا، أو أن يكون الناس مهتمين فقط بأنفسهم؟ أفكار صلاتك مهمة. إنها بنفس أهمية تأملات الله.

عندما تصلي إلى إلهك، إلى مصدرك، فإنك تصلي أيضًا إلى نفسك. هذا هو ٧٤ الرمادي لأنك المصدر والمصدر هو أنت. لذا كن حذرًا. كن على دراية بما تفكر فيه. لا تتجاهل خيالاتك باعتبارها غير مهمة في المخطط الأكبر للأشياء. تتردد طاقة روحك، التي أنشأتها الأفكار والمشاعر، في جميع أنحاء الكون، إلى أبعاد أخرى، وما بعد الوقت القصير الذي تقضيه هنا على الأرض. مع أننا نرغب في الاعتقاد بأن أفكارنا ومشاعرنا مكتفية ذاتيًا تمامًا، إلا أن الأمر ليس بهذه السهولة. قد نشعر بالسعادة من صديق، أو نشعر بالإحباط من غضب أو كآبة شخص آخر. يؤثر عالمك الداخلي والخارجي على عالمي. عقولنا وأجسادنا في تواصل دائم مع محيطنا العقلي والجسدي. نحن نرسل ونستقبل ترددات طاقة النية والعاطفة في آن واحد. علينا أن ننتبه. المشاعر تُكتب بالأفكار. الصور والقصص التي نبتكرها لتوضيح أفكارنا تُشكل عالمًا داخليًا يُسقط بعد ذلك على الواقع المادي. عندما ننجرف في مسرح أفكارنا، تأخذنا هذه الأفكار إلى مكان عاطفي. ننجرف في المشاعر التي تثيرها المسرحية أو الفيلم الذي صنعناه فينا. لقد نوّمنا أنفسنا مغناطيسيًا ونتصرف بناءً على إيحاءاتنا المنومة. هذا ليس عرضًا لشخص واحد، وهذا ما يجعله مثيرًا للاهتمام. نحن مؤلفو دورنا في المسرحية، لكن دورنا ليس سوى واحد من أدوار عديدة. نستطيع كتابة شخصيتنا أثناء تقدمنا، لحظة بلحظة، ونطورها بأي طريقة نرغب بها. نكتب حوارنا الخاص. ٧٥ ساكن هامشي في نوبة الليل تخيل أن حياتك عبارة عن مسلسل تلفزيوني، وأنك بمشاهدته كل يوم، تشعر بالإثارة من الميلودراما التي تبنيها على شاشة عقلك. في بعض الأحيان تكون المشاعر كذلك، مثل الزخرفة اللذيذة للميلودراما. في بعض الأحيان نحب أن نتخبط في اختلاقات الحزن والمأساة الكبرى لأنها تصنع قصصًا جذابة وتولد محادثات مثيرة وحيوية. ولكن عندما ننشغل، عندما ننسى أنها مسلسل تلفزيوني، فإنها لا تكون ممتعة للغاية. يبدو أن القصة حقيقية، وهي كذلك بالفعل، لأننا جعلناها كذلك. يمكن أن تكون التخيلات المظلمة والأفكار السوداء مغرية للغاية. يخلق بعض الناس قلاعًا قاتمة من الظلام، ويبنون غرف تعذيب فيها، ثم يختبئون في الزنزانة لأنها صورة قوطية فاتنة، أعطتها الأدب والأفلام طابعًا رومانسيًا. يرتدي هؤلاء الأشخاص ملابس داكنة ويتأملون اغترابهم.يُطلقون على كل من يُشير إلى كل هذا النور الجميل والحب الجلي في العالم لقب الساذج وغير الواقعي. يُعزز كثيرون نظرتهم للعالم بالنظر حولهم واختيار رؤية ما يؤكدها فقط - والله يعلم أن هناك الكثير من الطعام في الخارج لفكوكهم العقلية لتتغذى عليه: العنف الذي يُنظر إليه على أنه ترفيه، وتقارير الأخبار المُرعبة عن الحرب التي لا تنتهي، والكراهية العنصرية، والقتل، والجشع. والقائمة تطول. يرى بعض الناس كل هذا الحزن والألم ليس كجزء من الحياة، بل كحياة نفسها. يحبون قول "الحياة وادي دموع"،

لأنــه اقتبــاس عملــي يؤكـد إدراكًـا محـدودًا للتجربــة الإنسـانية. بينمـا يسـيرون فــي المسـارات الحزينـة التـي ينقشـونها فـي مشـهد أفكـارهم، يُخيم الاكتئـاب واليـأس علـى أدمغتهم كضباب كثيف يحجب الضوء ويعزلهم عن رفـاقهم المسـافرين. يغرقـون فـي مستنقع عـواطفهم المظلـم حتـى يبدو أنـه لا مفر منـه. مهمـا عـانوا، ينجرفـون أعمـق فأعمق في غمرة المشاعر الثقيلة التي تُولّدها أفكـارهم. لقد دخلـوا فـي رمـال الحـزن المتحركة. ومثل الرماديين، قد يصبح هؤلاء النـاس متلهفين للنـور، متلهفين للحـب، ناسين أنهم إن أرادوا إيجـاد النـور والحـب، فعليهم إيجادهمـا فـي أنفسـهم. لقد نسـي الرمـاديون أيضًـا كيف يحبون أنفسـهم. يعتقدون أن الحـب شـيء ينبـع مـن خـارجهم، وأن الله قد تخلى عنهم. لقد نسوا أنهم واحد مع المصدر، وأنهم هم من أعرضـوا عن نورهم. قد يبدو الانتحـار لمن وقـع فـي قبضـة حزنـه ويأسـه وعجـزه، السـبيل الوحيد للخلاص، ولكنه ليس كذلك. ستُحمل نفس الأفكار والمشاعر التي تؤدي إلى الانتحـار إلـى الجانـب الآخـر لأنهـا تنبـع مـن الـداخل. لا سبيل للـروح للهـرب مـن نفسـها. أنـت لسـت مسـؤولاً عـن العـالم، لكنـك مسـؤول عـن نفسـك، وعـن العـوالم الداخليـة التـي تصنعها. والخبـر السـار هـو أننـا لسـنا عبيدًا لمشـاعرنا، وإن بـدا الأمـر كذلك أحيانًـا. اسأل أي مراهق. نقول، "أشعر بهذه الطريقة، وهذه هي الطريقـة التـي أشـعر بهـا. لا أستطيع مساعدته!" ولكن يمكننا مسـاعدته. وأحيانًـا يجـب أن نسـاعده أو نسـتهلكه. إذا كنا تائهين وخائفين في الظلام، فنحن بحاجـة إلـى إلقـاء الضـوء علـى الظـلال. نحتـاج إلى النظر إلى الأفكار والعواطـف بطريقـة مختلفـة إذا أردنـا تغييـر شـكلها. يمكننـا أن ننظـر إلـى العاطفـة كشـكل مـن أشـكال الطاقـة ذات تـردد اهتـزازي. فـي وقـت الحلـم، أختبر هذا التردد كعدد من الصفات المركبة: الصوت واللون ودرجات الثقل والطفو والضوء والظلام والأحاسيس الجسدية - الخشونة أو النعومة أو الوخز. قد يبـدو هـذا مفهومًا غير عادي، ولكن فكر: نقول إن شخصًا ما في غضـب أحمـر أو مـزاج أسـود أو كآبة زرقاء أو اكتئاب رمادي أو أخضر من الحسد. للعواطـف لـون. يـرن الفـرح مثل مزمار مرح؛ وللحزن جرس حزين للتشيلو. للعواطف صـوت. يمكننـا أن نشـعر بالانخفاض أو الارتفاع. قد يتسلل إلينـا شـعورٌ بـاردٌ بـالخوف، أو ينتابنـا شـعورٌ دافـئٌ بـالحب. تتحـد هـذه العناصـر مـن اللـون والصـوت ودرجـة الحـرارة، ومـا إلـى ذلـك، لتُشكّل نغماتٍ فريدةً - التردد الخـاص للعاطفـة. يسـتطيع المعـالجون اسـتخدام عنصـرٍ واحـد - اللـون أو الصـوت أو الرائحـة - لتغييـر النبـرة العامـة لعاطفـةٍ مـا، كمـا يـؤثر المتشـابه فـي المتشـابه. إذا تعرّضـنا لتـردد لـونيٍّ مُعيّن أثنـاء العـلاج، فـإن التـأثير لا يختفي عند إطفاء اللون. ذلك لأن لون العاطفـة نفسـها قد تغيّر. وينطبـق الأمـر نفسـه علـى الصـوت. إذا غيّرنـا جـودةً واحـدةً مـن العاطفـة، فإننـا نـؤثر علـى مجملهـا. ٧٨ الرماديون. لسنا بحاجةٍ بالضرورة إلى معالجين لتطبيق هذا المبدأ. يُمكننا أن نُغرق أنفسنا ذهنيًا بلونٍ مُرتبطٍ بترددٍ مـا، أو نتخيل صـوتًا يتردد صـداه معـه، وبينمـا نفعل

ذلك، نستحضر العاطفة التي تنتمي إلى ذلك التردد. تخيّل أيضًا أن العواطف مُكوّنةٌ من طيفٍ مُحدّد، ولكلّ عاطفةٍ مُقابلٌ في مكانٍ ما على طول الطيف. الكراهية في الطرف الأدنى تُوازَن بالحب في الطرف الأعلى. كل اهتزاز ثقيل يمكن رفعه بنظيره - الحسد بالامتنان، الغيرة بالكرم، الاكتئاب بالفرح، واليأس بالأمل. تخيل أن الطيف لا يصعد ويهبط مثل السلم، بل من جانب إلى جانب مثل لوحة مفاتيح البيانو. تصبح المشاعر مثل الآلات الموسيقية التي يمكننا إتقانها بمرور الوقت. تميل المشاعر ذات التردد المتشابه إلى الارتباط داخل الفرد - الحب والتسامح والامتنان تشكل مجموعة، وكذلك الكراهية والانتقام والشكوى. إذا عززنا أيًا من المشاعر التي تنتمي إلى نطاق ترددي، فإننا نقوم تلقائيًا بتنشيط الآخرين في ذلك الجزء من المقياس. إذا مارسنا التسامح، فإننا نغذي ونعزز الامتنان المتحالف معه. لا يهم من أين نبدأ. جميع الطرق تؤدي إلى روما. يمكن أن تحمل المشاعر المعينة أقطابًا إيجابية وسلبية. يمكن أن يكون الغضب شيئًا إيجابيًا، على سبيل المثال، إذا حرر شخصًا ما من القبول اللامبالي للإساءة، إذا أعاده إلى حب الذات. أحيانًا، يُمكن لمشاجرة غاضبة أن تُصفّي الأجواء بين الأفراد، أو تفتح آفاقًا من الصراحة والتفاهم لم تكن موجودة من قبل. نسبيًا، إذًا، الغضب في بعض الظروف مُطهّر، كعاصفة مطر صيفية بعد فترة جفاف طويلة. من ناحية أخرى، يُمكن أن يتجلى الغضب ككآبة سلبية مُستمرة تُفسد الفرح. أحيانًا، يُمكن أن يكون الظلام شرنقة مخملية، أو مكانًا للتأمل الخاص، أو كآبة مُخيفة. وأحيانًا تُدفئ الشمس بِنعمة، بينما في أحيان أخرى تكون أشعتها لا هوادة فيها ومُعاقبة. بعبارة أخرى، الجوانب الإيجابية أو السلبية للعواطف نسبية لتأثيراتها - سواء كانت تُقرّبنا أو تُبعدنا عن اهتزاز الحب، أو اهتزاز ذواتنا العليا، أو الترددات الرنانة للمصدر. يُمكننا استخدام أدوات للتأثير على عواطفنا، إذًا. لسنا بحاجة للتصرف كما لو كنا ضحاياها. يقول الناس أحيانًا: إذا كان هناك إله، فكيف يُمكنه السماح بحدوث كل هذه المعاناة في العالم؟ لماذا يتركنا نعاني؟ كيف لنا أن نجيب على مثل هذه الأسئلة؟ لسنا دمىً ترقص على خيوطٍ يتحكم بها الله. ليس هكذا تسير الأمور. تنبع مثل هذه الأسئلة من شعورٍ بالعجز، من إدراكنا أن الناس ضحايا قوىً خارجة عن سيطرتهم. يفترضون انفصال الله عن الوجود البشري وينكرون مشاركتنا في الخلق مع المصدر. أحيانًا تكون هناك قوى خارجة عن سيطرتنا - الكوارث الطبيعية، على سبيل المثال، أو وفاة أحد الأحباء. إن كيفية تفسيرنا لهذه الأحداث وردود أفعالنا عليها هي ما يجلب لنا البؤس أو الفرح. لسنا مجبرين على السماح للألم أو الغضب بأن يتحكما فينا؛ إذا نظرنا إلى داخلنا، يمكننا أن نرى أن ردود أفعالنا هي التي تسلط الضوء على مؤلف مشاعرنا. الظروف لا تُعرّفنا، بل تكشفنا. هناك أيضًا العديد من الظروف التي يمكننا، كأفراد ومجتمعات، التحكم فيها. لا ينبغي أن نسأل كيف سمح الله بحدوث كل

ويلات العالم، بل كيف سمحنا نحن، في ألوهيتنا، بحدوثها. الله لا يشن حربًا ولا يترك الأطفال يموتون جوعًا. نحن نفعل ذلك. السؤال - كيف يمكن لله أن يسمح بحدوث هذا؟ - يسعى إلى إلقاء اللوم على شخص أو شيء آخر. عندما نسأله، فإننا نتخلى عن قوتنا وننكر الخيارات التي اتخذناها كتجسيدات إلهية. جزء من عقد التجسد كبشر هو فهم أن لدينا إرادة حرة، أو نية. أتذكر حلمًا اخترت فيه بوعي ووجهت كل إرادتي نحو الحب. يمكننا اختيار المشاعر والأفعال التي نحتضنها. يمكننا تكوين نية الحب باستخدام إرادتنا واختيارنا للتصرف بحب. قبل أن نتصرف، يمكننا أن نسأل أنفسنا، "ماذا كنت سأفعل لو كنت تجسيدًا للحب؟" و "إذا كان الخيار متاحًا، فهل أفضل أن أكون لطيفًا أم أن أكون على حق؟" أيهما تعتقد أنه سيخلق عالمًا أفضل؟ دعونا نفكر في بعض الأسئلة الأخرى. كيف يمكننا العودة إلى حديقة حبنا البريء والنقي، تلك التي ظننا أننا تركناها وراءنا عندما سقطنا في الجسد؟ ولماذا كان الجسد سقوطًا؟ لماذا يُعتبر العالم المادي سقوطًا، انفصالًا عن المقدس؟ ماذا لو لم يكن هناك سقوط ولم نغادر الحديقة أبدًا؟ ماذا لو كان حولنا وفينا؟ أعتقد أنه كذلك. إلى أن نتعلم احترام العالم المادي وأنفسنا كتجسيد إلهي لله، لن نتوقف عن المعاناة. عندما نعتبر الوجود المادي شريرًا، منفصلًا عن الله، فإننا نعاقب أنفسنا والأرض التي نعيش عليها. نجعل أنفسنا نعاني ليس بسبب شيء فعلناه، بل بسبب ما نحن عليه، وما دمنا في تجسدنا، ما لا يسعنا إلا أن نكونه. في البداية، بدا الرماديون ككائنات شريرة غارقة في الظلام. لكنهم لم يكونوا أشرارًا، تمامًا كما أنت عندما تعاني. الخير والشر كلمات انفصال وحكم أخلاقي. في عملي في زمن الأحلام، أحتاج إلى التحرر من الحكم لأن الرحمة - أعظم أداة للشفاء - تزدهر في قبول الاختلاف. أحتاج إلى إيجاد ما لدي من قواسم مشتركة مع روح أخرى حتى أتمكن من التواصل والتعاطف. لست متأكدًا من سبب اعتقادنا نحن البشر أن بعض المشاعر هي مناسبات للشعور بالذنب. الشعور بالذنب يجعل الأمور أسوأ. لقد مررت بتجربة النظر إلى شخص ما وإصدار حكم قاسٍ، ثم توبيخ نفسي على هذا الحكم، ثم توبيخ نفسي أكثر على توبيخ نفسي. لو لم أكن أدرك إلى أين كنت ذاهبًا، لكنت انتهيت إلى جلد نفسي ثم التساؤل عن سبب شعوري بالرعب لأيام بعد ذلك. نريد جميعًا حياة سعيدة ومُرضية. نريد أن نكون كاملين - صالحين تمامًا أو سعداء أو محبين. لكن الكمال - ٨٢ المذهب الرمادي هو سيد قاسٍ - والحقيقة هي أن لدينا عيوبًا بشرية وأننا جميعًا نتعثر - وكبت الأفكار والمشاعر غير السارة يحولنا بعيدًا عن حب الذات. يمكن أن تصبح رغبتنا في أن نكون صالحين قضيب عقاب يسحبنا بعيدًا عن الله أكثر من أي وقت مضى. لا يأتي أي خير من كراهية الذات أو الانغماس في العار. يجب أيضًا توجيه كل الإحسان الذي نوجهه للآخرين إلى الداخل، نحو أنفسنا. بهذه الطريقة، يمكننا أن نشعر به حقًا ونشاركه. مفارقة

المشـاعر هـي أنـه كلمـا تنازلـتَ عـن شـيءٍ مـا - سـواءً كـان حبًـا/مسـامحة أو كراهيـة/انتقامًا - استردتَ منـه المزيـد. نـأتي إلـى الأرض لنثري أرواحنـا بالتجـارب الماديـة، ولنـتعلم الـدروس القاسـية، ولنُقـرّب تجسـدنا دائمًـا مـن إرادة ذواتنـا العليـا ومشاركتنا في الخلق الأبدي للمصدر. وبينمـا نفعل ذلك بأفكارنـا ونوايانـا، مدفوعـةً براحة أو مرض عواطفنا، نتعلم كيف نُوفق بين التفاعل الأبدي بين النـور والظـلام. نتعلم مهارات الحماية من القوى التي لا نرغب في إيوائها والانفتاح على من نرغب فـي إيـوائهم. يمكننـا أن نضـع الأفكـار غيـر المرغـوب فيهـا جانبًـا. لسـنا مضـطرين لإخراجهم لتناول الغداء وتسليتهم. القلق بشأن الأفكار السلبية يمنحها القوة، وبـالقلق، نمنح مصـدر الفكـرة الطاقـة والقوة. إذا شـعرنا بعاطفةٍ تتسلل إلينـا، يمكننـا استخدام أدوات قوية من التصـور والتأمل الموجـه لإبعادهـا. فيمـا يلـي بعض أدواتـي العقليـة. مرحبًـا بـك لاستخدامها إذا كانـت تتوافـق مـع مجموعـة معتقداتك المكونـة مـن ٨٣ ، ولكنها بالطبع ليست الطرق الوحيدة المتاحة. يمكنك ابتكـار صـلواتك واستحضـاراتك الخاصـة، باسـتخدام الأسـماء والصـور الأكثـر راحـة لـك. كلمـا شـعرت بثقل الطاقـة المظلمة غير المرغوب فيها، أحط نفسك بالضوء الأبيض. هنـاك العديد مـن الطـرق لتصـور ذلـك: تخيـل أنـك مغمـور أو ملفـوف بالضـوء الأبـيض، أو لاتصـال ملمـوس أعمق، تخيل ضـوء الشمس يشرق عليك، ويدخل مـن أعلـى رأسـك ويتـدفق مثـل نهـر من العسل الذهبي في جميع أنحاء جسمك قبل أن يخرج أخيـرًا مـن خـلال قـدميك. قـم بتـأريض نفسـك فـي نفـس الوقـت. تخيـل أن قـدميك تنمـو جـذورًا تغـوص عميقًـا فـي الأرض، وتثبتك بقوة على هذا الكوكب. أنـت متأصـل ومنفـتح علـى طاقـة المصـدر. قل، "كل مـا لـيس لـي، يرجـى المغـادرة". إذا كنـت تشـعر أنـك بحاجـة إلـى مزيـد مـن المسـاعدة، يمكنـك أيضًـا اسـتدعاء ملائكـة الحمايـة. لحمايـة نفسـك، تخيـل أنـك تضـع مرايـا ثنائيـة الاتجـاه حولـك كمـا لـو كنـت فـي صـندوق. قـل، "أيهـا الخـالق، املأنـي وأحطني بنور الحماية الأبيض والذهبي حتى يدخل الحب فقط ولا يخرج إلا الحـب". اطلب أن تحترق أي طاقة سلبية في الضوء. تنعكس جميـع الطاقـات غيـر المرغـوب فيها على الفور إلى المصدر الذي أتت منـه وتحتـرق فـي الضـوء. فـي حالـة مواجهـة طاقة غير معروفـة (كمـا فـي حالـة لقـاء "شبحي")، اسـأل عمـا إذا كـان الكيـان الـذي قابلته من النور. إذا لم يكن كذلك، فأرسله بعيـدًا. مـن ناحيـة أخـرى، إذا كانـت روحًـا مرتبكة، فقدم التعاطف. ٨٤ الرمـاديون أخبـره أنـه قـد عبـر وأن الوقت قـد حـان الآن لـدخول النـور. إذا دخلـت غرفـة "بـاردة" وشـعرت أن الطاقـة هنـاك مظلمـة، فقـم بتأريض نفسك. استدع مرشديك وأسيادك ومعلميك ومعـالجي النـور. مـن المهـم جـدًا دائمًا استدعاء الكائنات "من النور". لا ترغب في ظهور أي شخص، فقد يـؤدي ذلـك إلـى كارثـة. اطلـب أن تُغلـق "البوابـة" أمـام أي طاقـات وقـوى مظلمـة إلـى الأبـد. ثـم اطلب من ملائكـة الحمايـة أن يبقـوا هنـاك دائمًـا. عنـدما تشـعر بـالخوف، تـذكر أنـه لا

يمكنك الشعور إلا بشعور واحد في كل مرة. استبدل الشعور السلبي للخوف بالحب بسرعة. يمكنك القيام بذلك بالتفكير في شيء يجلب لك الفرح، مثل حمل طفل مبتسم، أو الشعور بنسيم ربيعي دافئ، أو اللعب مع جرو، أو أي شيء يبدو لك فرحًا. أحط نفسك بالنور. تنفس في شاكرا قلبك. إذا لم تتنفس أثناء موقف صادم محتمل، فقد "تحتفظ" بالصدمة في خلايا جزء معين من جسمك، وستحتاج بعد ذلك إلى العمل على التخلص من تلك الصدمة في مرحلة ما. من الأسهل بكثير ممارسة التنفس. ركز على إطلاق الحب نحو مصدر الخوف من شاكرا قلبك. عندما نتعلم استخدام أدوات الحماية، ننمو أكثر مرونة وقوة. بمعرفة أن سلامتنا العاطفية في مأمن، يمكننا أن نكون منفتحين ومتقبلين وسخيين مع حبنا. إذا كنا مرضى، يمكننا أن نبدأ في الشفاء، طالما أننا نثق بما يحاول جسدنا إخبارنا به. ٨٥ ساكن هامشي في نوبة الليل يعلم الأطباء أن التغيرات الهرمونية والكيميائية تصاحب التغيرات في العاطفة. غالبًا ما يكون الحدس الطبي قادرًا على إقامة روابط بين المشاعر الموجودة في الجسم والتي تتعلق بحادثة في حياة المريض الماضية وأمراض معينة. يكشف العمل في الرحلة - التعمق من خلال التأمل والغيبوبة في العلاقة بين الجسد والروح - عن تجارب من حياتنا الأخرى التي تعيد زيارتها لنا، من خلال الجسد، في هذه الحياة. تحمل الأجساد، إذن، ذكريات أعمار من الفكر والعاطفة والإيمان في خلاياها نفسها. قد تبدو المشاعر وكأنها لا جوهر لها، لكنها تنعكس في الجسد. تخيل أن شخصًا ما أنت في علاقة معه يسيء إليك. أنت مليء بالغضب والإذلال. يصبح الموقف لا يطاق، وتقرر ترك العلاقة. تبتعد وترفض التحدث إلى من أساء إليك بعد الآن. ماذا حدث لغضبك؟ في كل مرة تفكر فيها في من أساء إليك، فإنه يتدفق مرة أخرى، ولا يزال شعورًا فظيعًا. ربما تكون قد تركت الموقف المسيء، لكن المشاعر المرتبطة به لا تزال تسكن بداخلك. جزء منك رهينة لماضيك. إن الابتعاد عن موقف سلبي لا يحررك من الماضي إذا كنت تحمل غضبك بشأنه كتعويذة من المعاناة. فبينما تمضغ غضبك، فإنه يقضمك أيضًا. وبنفس الطريقة، يمكن أن يأكلك الشعور بالذنب أو الكراهية أو التعطش للانتقام بطريقة حقيقية للغاية - كمرض جسدي. ٨٦ الرماديون لتجنب ذلك، من المهم أن نستخرج تلك الذكريات المؤلمة ونجد طريقة لتحويلها. وخلال مسار عمل رحلتنا، نستعيد القوة التي منحناها للمواد الكيميائية أو العمليات الجراحية أو فكرة أننا لا نلعب أي دور في مرضنا وشفائه. إن الاعتراف بالعاطفة المدمرة هو بداية الشفاء.بمجرد اتخاذك هذه الخطوة، يمكنك أن تسأل نفسك لماذا تشعر بهذه الطريقة وكيف يمكنك تغييرها. من خلال كونك صادقًا مع نفسك، يمكنك بدء محادثة مفتوحة تستكشف فيها مشاعرك وجسدك وكيف تؤثر على بعضها البعض. لسنا بحاجة إلى حبس المشاعر غير المرغوب فيها كما لو كانت وحوشًا خطيرة، بل نحتاج فقط إلى توجيهها بلطف، كآباء محبين، والتحلي

بالصبر والحكمة مع أنفسنا. لمسامحة الآخرين - ولمداواة تمزقات علاقاتنا - يجب علينا أولاً مسامحة أنفسنا وحبها. هذا ليس بالأمر السهل دائمًا. نعتاد على المونولوج الداخلي الذي يخبرنا أنه مهما فعلنا، فهو ليس كافيًا، وأن لفتاتنا اللطيفة الصغيرة لا يمكنها فعل أي شيء لتغيير العالم. إن إدراك أن هذا ليس صحيحًا هو الخطوة الأولى نحو التمكين. لا تنشغل ذاتنا العليا بالاضطراب الذي تخلقه مشاعرنا في عقلنا الواعي. إنها تراقب من الكواليس كمخرج مسرحي، تُقيّم الحبكة المتكشفة وتطور الشخصية. إنه يقدم اقتراحات حول أفضل الطرق لتحقيق المخطط - النص الذي كتبناه قبل المجيء إلى هنا. إذا لاحظ أن بعض المشاعر والأفعال التي تنشأ عنها لا تعزز الحبكة ٨٧ ، فإنه يقترح تغييرات قد تجعل الأمور تسير بشكل أفضل. يجب أن نستمع إلى هذه الذات العليا - إذا تصرفنا مثل المارقين على المسرح الذين لن يستمعوا إلى الكاتب المسرحي أو المخرج، فإن المسرحية ستفشل بشكل كبير. في بعض الأحيان يجب على المخرج أن يكون حازمًا، وأن يثير نوبة غضب، أو حتى يقدم كارثة أو مرضًا. عليه أن يجبرنا على الاستماع. ثق بصوتك الداخلي. إنه يعرفك جيدًا. استمع، مهما كان صوت ذاتك العليا خافتًا. لا تجعله يصرخ ليجعل نفسه مسموعًا. لا تدع صوته يغرق في ضجيج من حولك - السلطات والمعلمين والتقاليد ووسائل الإعلام. لا تدع توجيهاته اللطيفة تضيع في صخب الأصوات التي تخبرك بما هو الصواب، وماذا تفعل، وكيف تفكر. تعلم أن تتذكر لغة ذاتك العليا. العلامات والدلائل موجودة في كل مكان حولنا، هنا في العالم المادي، في الإلهام والتزامن والأحلام. لقد ولدت بمعرفة فطرية بلغة ذاتك العليا. لقد ولدت تتحدث لغة روحك الرقيقة. الغرض من الحياة ليس الهروب منها. الحياة ليست واديًا للدموع أو حجابًا من المخاوف. إنها أكثر من ذلك بكثير - عرض رائع للخلق. دعونا نتعامل معها على هذا النحو ونعطيها الاحترام الذي تستحقه. الحياة هي هدية قدمناها لأنفسنا. عندما يقدم لنا شخص آخر هدية، نعلم أنه من حسن الخلق أن نشكرهم، وأن نقدر الجهد المبذول لالتقاطها وتغليفها وتسليمها. دعونا نعطي روحنا نفس الفضل. لم نأت إلى هنا لمعاقبة ٨٨ الرماديين بأنفسنا. لقد جئنا إلى هنا لننمو في وفرة الخبرة الأرضية. وصدق أو لا تصدق، لقد جئنا إلى هنا أيضًا لقضاء وقت ممتع. تخيل ذلك! لقد أضاع الرماديون التعساء فرصة الاستمتاع بوقتهم، ولكن ليس إلى الأبد. سيحصلون على فرصة أخرى للتخفيف من توترهم. في كل ظلام، مهما كان كبيرًا، هناك شرارة من نور. أتمنى أن يجدوا شرارة فرحهم مرة أخرى ويجدوا طريقهم إلى المنزل إلى أحضان الحب والمصدر الترحيبية. حتى لهم سيقول الكون ناماستي - الإلهي في داخلي يحيي الإلهي فيك. روحك وروحي واحد. لكن يا رجل! هل سلكت الطريق الطويل إلى المنزل يومًا ما!

الفصل الخامس الشفاء مدخلك الشخصي

الجمعة، ١ نوفمبر ٢٠٠٢ هذه هي المرة الأولى التي أعمل فيها عن علم مع فريق من المعالجين بالطاقة. لقد "سقطت" نجميًا في شيء قيد التقدم بالفعل وللحظة لم أكن متأكدًا من مكاني أو ما يحدث. بينما أحاول توجيه نفسي، لاحظت شابًا نائمًا يطفو أفقيًا فوق سرير. لم نكن وحدنا لفترة طويلة. تجمعت سبع شخصيات حوله. إنهم عازمون ومليئون بالغرض. هذه الشخصيات كائنات ضوئية أثيرية. ينبعث توهج رائع من مراكز قلوبهم. على الرغم من أنني أراهم على أنهم نور، إلا أنني أستطيع أن أرى بشكل غامض أنهم يرتدون أردية تسقط على أقدامهم وهم يطفون في المصفوفة. ساكن هامش في نوبة الليل نحن محاطون بالظلام. ليس لدي إحساس بالحدود الهندسية. لا يوجد أعلى أو أسفل، ولا جدران جانبية مقيدة في مساحة شفائنا. لا تلمس الأشكال أو تتحدث مع بعضها البعض وهي تصطف على جانبي المريض، أربعة على جانبه الأيمن وثلاثة على جانبه الأيسر. أنتقل إلى المساحة المتبقية، مما يجعل عددنا ثمانية. الآن أعرف ما يجب فعله. لقد فعلت هذا من قبل. لقد اجتمعنا هنا لعلاج هذا الشاب. لا يوجد تواصل أو تعليمات؛ فنحن جميعًا نعرف أجزائنا. معًا نواصل العمل في تصميم رقصات سلس لتطهير جسد الرجل المادي من المرض والقضاء عليه وإطلاقه وتطهيره. تتزامن جهودنا تمامًا في معرفة أنه معًا فقط يمكننا استخلاص الطاقة المريضة. نحن لا نلمسه. أشاهد طاقاتنا الجماعية وهي تندمج، وتتشابك معًا لتكوين دوامة ترتفع، آخذة معها كل العناصر الملتصقة والنجسة ومشتتة فوق جسد الرجل. لا أعرف ما إذا كان هذا الشاب على دراية بالأجسام النجمية التي تعمل عليه. بالنظر إلى أنه كان نائمًا في ذلك الوقت، أشك في ذلك. من الممكن أنه سجل الأحداث على أنها حلمه الخاص؛ ربما عندما استيقظ شعر بدفء رائع وشعور بالحب يسري في جسده دون أن يعرف السبب. لا يمكنني الجزم بذلك. في حلمي، توهجت مراكز قلب عمال النور أكثر إشراقًا من الشمس. تشير الصبغات قزحية الألوان التي استخدمتها في لوحاتي فقط إلى الضوء المتلألئ والمتغير المنبعث من قلوبهم. كان هدفي هو توضيح أنهم يهتزون بتردد أخف وأعلى، وأعلى تردد هو الحب - لذلك اخترت الأبيض والأصفر لتصوير الحب الشديد الذي شعرت به منهم. يعكس اللون الأزرق الرمادي الداكن والثقيل الذي استخدمته للرجل الذي يُشفى حالته النفسية المتدنية والكئيبة. صُوّر مع ظهور الأشكال الداخلية للعضلات والأعضاء، للإشارة إلى قدرتي على النظر إلى داخل الجسد عندما أكون في حالة المعرفة. تُشير الأشكال المستطيلة المجردة في الخلفية إلى طبقات الواقع المختلفة التي يجب اجتيازها للوصول إلى المريض على مستوى

غير مادي. كل طبقة شفافة قليلاً، ومتراكبة فوق بعضها البعض، في وصف بصري للأعماق والأبعاد الموجودة في آن واحد في نسيج المصفوفة. استخدمتُ مصطلح "المعرفة" لوصف الشعور الذي أشعر به في زمن الحلم. في حالة المعرفة، تتوفر جميع المعلومات الضرورية فورًا. إنه يشبه الحدس - القدرة على استشعار شيء ما دون استخدام العمليات الخطية للعقل المنطقي. المعرفة هي انغماس كامل في عالم الحدس. الشفاء في المعرفة - وهو جزء مما أفعله في وردية الليل - يحدث في المستوى النجمي. ٩٣ ساكن هامشي في نوبة ليلية. مارست ثقافات عديدة العلاج بالطاقة منذ آلاف السنين. تُعرف القوة المستخدمة في الشفاء في الهند باسم برانا، وفي الصين باسم تشي. يمارس اليابانيون الريكي؛ وفي العبرية تُسمى الطاقة رواه؛ وفي هاواي تُسمى مانا أو تي. وقد اكتسب الوخز بالإبر والضغط على نقاط معينة من الجسم، واللذان يعتمدان على معرفة تدفق الطاقة في الجسم المادي، قبولًا واسعًا في العالم الغربي مؤخرًا. كما أن اللمس العلاجي، ووضع الأيدي، والصلاة العلاجية، والشفاء بالإيمان، جميعها لها تقاليد عريقة. يمكن تعلم هذه الممارسات، مما يشير إلى أن معظم الناس لديهم قدرة على الشفاء تتجاوز النهج الجسدي للطب الغربي التقليدي. حتى مع تزايد قبول أفكار وممارسات العلاج بالطاقة في الغرب، يتردد العديد من الأطباء في دمجها في ممارساتهم. إن نظرتهم لجسم الإنسان كآلة تُقلل من أهمية دور المعتقد والنية في نشوء المرض. في طفولتي، لم أكن أعرف شيئًا عن الطب البديل أو التقاليد العريقة للثقافات الأخرى. ومع ذلك، فقد استخدمتُ الطاقات والقوى ذاتها التي بدأت تكتسب قبولًا في الغرب الآن. فكيف تعلمتُ؟ الشفاء فطري في وجودي. يأتي إليّ بشكل طبيعي كحاجة الدب إلى السبات في الشتاء. لا يجلس الدب ويتأمل أصل أو غرض غريزته مع اقتراب الشتاء، ولا يذهب إلى مدرسة السبات ليتعلم كيف يتم ذلك. إنه يعرف فقط. كان الأمر نفسه معي. ٩٤ الشفاء عندما كنت طفلاً، لم أفكر مرتين في استخدام قوة الطاقة للشفاء. عندما كنت مستيقظًا وأرى شخصًا يحتاج إلى المساعدة، كنت أمد يدي غريزيًا لأضع يدي عليه أو بالقرب منه، وأسمح لما يأتي بشكل طبيعي بالتحرك من خلالي، راغبًا فقط في المساعدة. كنت أعرف بشكل حدسي كيفية استخدام النية والتركيز للسماح للحب بالتدفق من خلالي إلى الشخص المحتاج. لم أتردد في السماح لحدسي بإرشادي، ولم أشك في قدرتي على توجيه الطاقة بهذه الطريقة. استمدت شفاءاتي في طفولتي من ذكريات ما بين الماضي والحاضر، حيث الطاقة هي عملة التبادل. في تلك المرحلة، كانت عوالم الأبطال الخارقين الخيالية وقصص الخيال العلمي أقرب إلى واقعي من أي شيء آخر قرأته أو تعلمته. ومثل الأبطال الخارقين، شعرت أنني مختلف، وأنني أمتلك سرًا. وبطبيعة الحال، أحببت شخصيات مثل سبايدرمان لأنني شعرت بالانتماء إليها وإلى القوى التي تمتلكها. بالطبع، حتى في

طفولتي كنت أعرف أن قدراتي على التلاعب بالطاقة لم تكن "قوى خارقة"، وأنا سعيد بذلك أيضًا - أعتقد أنني كنت سأبدو سخيفًا في جوارب ضيقة. كنت أعرف أنني قد مُنحت موهبة كان من المفترض أن أستخدمها في خدمة الآخرين. شعرت أن مواهبي قد وُهبت لي من قوة ما عملت من خلالي. تغيرت الأمور مع تقدمي في السن. تعلمت، كما يفعل جميع الناس، قواعد وأنظمة المجتمع الذي أعيش فيه وما يعتبره معظم الناس "حقيقيًا". عندما بدأت أفهم أن تصوراتي الفطرية لسكان نوبة الليل في Fringe ٩٥ لم تكن مشتركة مع عائلتي أو زملائي أو مجتمعي الديني، أصبحت أعاني من الشكوك. ماذا لو لم تكن تجاربي حقيقية؟ ماذا لو جاءت من مصدر أقل من صحي؟ كانت قوية ومستمرة لدرجة أنني لم أستطع تجاهلها، ومع ذلك فقد جاء | لفترة من الوقت ليشكك في معناها. حاولت العثور على الإجابات، لكنني لم أكن متأكدًا من أين أبحث. بحلول الوقت الذي وصلت فيه إلى المدرسة الثانوية، لم يكن هناك سوى صديقين يمكنني التحدث إليهما، ولم يعرفوا أكثر مما أعرفه. لم يكن في المكتبة أي شيء. لم يكن الإنترنت موجودًا بعد. حاولت مرة التواصل مع مجموعة خاصة من الوسطاء الروحانيين الذين كانوا يجتمعون مرة واحدة في الشهر للتأملات. قالوا لي إنهم لا يستطيعون مساعدتي لأن طاقتي تفوق المجموعة بشكل جماعي. كان الأمر يتجاوز تجربتهم. كان ذلك يومًا حزينًا ووحيدًا ومخيفًا! تركت أسئلتي دون إجابة، وأصبحت خائفًا من أن | قد يُسبب ضررًا أكثر من نفعه عن طريق الخطأ - ليس فقط للآخرين، بل لي أيضًا. عاد هذا القلق إلى المنزل ذات يوم عندما كنت في حفلة مبيت مع صديقتي المقربة. صعدت إلى الطابق العلوي بعد العشاء وعندما تبعتها بعد دقائق، وجدتها ملتفة على الأرض في كرة ضيقة من الألم. كان شخص أحبه يتألم. هربت جميع الأفكار الأخرى من ذهني. كان سؤالي الوحيد هو: "أين يؤلمك؟" أشارت إلى معدتها وشهقت أنها تعتقد أنها مصابة بتسمم غذائي. طلبت منها أن تستلقي على ظهرها، وتغمض عينيها، وتركز على مكان الألم. أغمضت عيني، وركزت تمامًا على إزالة ألمها ٩٦ الشفاء. كان هذا هو الفكر الوحيد في ذهني - لقد استسلمت له تمامًا. لاحقًا، قالت صديقتي: "شعرتُ بحرارة موضعية في بطني. ازدادت سخونته تدريجيًا، حتى كادت أن تحرقني. فضولي دفعني إلى إلقاء نظرة خاطفة، فرأيتُ مونيكا راكعةً بجانبي. كانت عيناها مغمضتين، ويداها تحومان فوق معدتي بحوالي ست بوصات. أغمضت عينيّ مجددًا، ثم شعرتُ بإحساس غريب بيدٍ تخترق جلدي. شعرتُ بأصابعها وراحة يدها وهي تمد يدها إلى بطني، لكن لم يكن الأمر كما لو أن الجلد أو الجسم قد تعرّضا لأي اختراق. لم يكن هناك ألم، ولم يكن هناك أي ضغط، حقًا. فقط شعورٌ حقيقيٌّ تمامًا بيدٍ تخترق جلدي دون أي مقاومة. ما إن دخلت جسدي، حتى أمسكت بشيءٍ ما ثم انسحبت، ساحبةً ما كانت تحمله خارجًا. في اللحظة التي تراجعت فيها

اليد الخفية بجائزتها، شعرتُ بتحسن. اختفى الألم فجأةً." عندما رأيتُ أن صديقتي تحسّنت، شعرتُ فجأةً بتوعكٍ شديد. اجتاحني الغثيان والضعف، واضطررتُ للاستلقاء. كانت صديقتي منزعجة للغاية، وقالت لي إنها ما كانت لتسمح لي بمعالجتها لو علمت أنني سأمتص ألمها. كنت أشعر بضعف شديد يمنعني من الحديث عن ذلك، لكن تركيز ألمها في جسدي فاجأني بقدر ما فاجأها. في ذلك الوقت، لم أكن أدرك تمامًا وجود طرق لإطلاق الطاقة المستمدة أثناء العلاج. لم أتعلم إلا بعد سنوات كيفية الرسم، وتطهير "ساكن هامش ٩٧ في نوبة الليل"، وإطلاق الطاقة بحيث تمر من خلالي وتتجاوزني. بعد تلك الحادثة، تجنبت العلاج لسنوات عديدة - في عالم اليقظة على الأقل. بدلًا من ذلك، اخترت العمل مع الطاقة بشكل أساسي في وقت الحلم، حيث تتلاشى الأسئلة والشكوك في عالم المعرفة. أتذكر أحلامي بوضوح كما يتذكر الآخرون حياتهم في اليقظة. بينما أواصل بحثي ودراستي على جانبي الواقع، أصبحت أتقبل العالمين النجمي والمادي على حد سواء. كلاهما حقيقي تمامًا، يتداخلان ويتذبذبان بترددات مختلفة. ولكن دعني أخبرك بهذا: في تجربتي، فإن الجانب الآخر أو وقت الحلم أو المصفوفة أو أيًا كان ما تريد تسميته هو أكثر حيوية ونشاطًا وكثافة من عالم المادة الخطي والمنطقي. كشخص بالغ، توصلت إلى فهم أن العمل الذي أقوم به في وقت الحلم يأتي من مشاركتي في طاقة المصدر. الخلق ليس حدثًا واحدًا، بل هو تفاعل مستمر مع الطاقات التي تغذي الحياة. نحن لسنا، كبشر، متفرجين على الأحداث التي تتكشف من حولنا. المصدر موجود فينا بقدر ما نحن فيه؛ نحن متحدون في رقصة التكشف المستمر. لم يغرق هذا تمامًا حتى تخليت عن فكرة أنني منفصل عن الكمال الموحد. بدا أن تربيتي كانت درسًا كبيرًا في الانفصال. لقد نشأت في مجتمع ديني يتصور الله كخالق يجلس خارج خلقه، يحكم - إله يفصل أفعالنا إلى خير أو شر ويتشاجر مع الديانات الأخرى على اسمه. لقد نشأتُ في مجتمع فلسفي يُمجّد الفكر - صوت السلطة الموضوعية - على الحدس أو المعرفة الداخلية. إن استيعاب هذه القيم يمكن أن يفصلنا عن أنفسنا، ويرفض جزءًا حيويًا من وعينا باعتباره وهمًا أو خيالًا. في واقعي، حدسي، معرفتي، وتجربتي الليلية، نحن محبوبون، مهما كان الأمر. ويمكنني أن أحب بلا حدود أو شرط، ويمكنني أن أشارك المصدر حبًا غير محدود ليس فقط لقلة مفضلة، ولكن لكل ما هو موجود، لكل ما نخلقه معًا. نحن واحد. كانت واقعي أن الله ليس منفصلاً عنا. المصدر يحتضننا جميعًا. نحن قطرات في المحيط الكوني الذي نسميه بالأسماء العديدة التي اختارها الدين والعلم لمنحها للكمال. المحيط ليس منفصلاً عن مكوناته، تمامًا كما أن أجسادنا ليست منفصلة عن الخلايا والجزيئات والذرات التي تشكل لحمنا. لا تعتمد القدرة على الشفاء على مستوى الطاقة على العضوية في أي دين أو مدرسة فلسفية معينة. لديّ طريقتي الخاصة في

شرح ذلك، وتعبيرات شخصية تتردد صداها معي - ولكن قد يكون لديك إطارك الخاص الذي تتحدث فيه عن العوالم غير المرئية للأرواح. قد لا تؤمن حتى بعالم الأرواح، وتختار بدلاً من ذلك اللجوء إلى العلم لفهم كيفية عمل الطاقة وما يمكن أن تفعله. تقدم فيزياء الكم، على سبيل المثال، لغة ونموذجًا لفهم عوالم الاحتمالات التي ظهرت إلى الوجود من خلال الفكر. ٩٩ ساكن هامشي في نوبة الليل أعتقد أن البشر قادرون على أشياء رائعة ومعجزة. معًا مع المصدر يمكننا تركيز نيتنا على شفاء بعضنا البعض بالطاقة، ولكن هناك شروط معينة ضرورية لخلق ذلك.إن الفعل البسيط المتمثل في النية لتقديم الحب والنور والشفاء هو جوهر الممارسة. عندما أضع نيتي، أطلب أيضًا من المصدر أن يجعلني قناة أو موصلًا واضحًا لكل ما هو جيد ليأتي. مرة أخرى، لا أعتقد أنني أمتلك أي قوى إلهية؛ أنا مجرد قناة تعمل في اتحاد أبدي مع الطاقات العليا. فكيف يعمل الأمر؟ لقد تحدثت عن كيف كنت أعرف غريزيًا في صغري ما يجب فعله لخلق حالة من الشفاء بالطاقة. باختصار، استخدمت مزيجًا من النية والتركيز لإنتاج نتيجة. التفكير في شيء ما جلب لي نتائج. حتى عندما كنت طفلاً كنت أعرف أن أفكاري هي التي تصنع واقعي، ولحسن الحظ لم يعد هذا المفهوم الضخم سرًا! بمرور الوقت، أجريت بعض التمييزات الإضافية في فهمي، وتبدو معادلة الشفاء أشبه بهذا: النية + الحب + العطاء غير المشروط + التركيز = نتائج إيجابية. هذه الصيغة بسيطة. لا تتطلب معرفة طبية، فقط التعاطف البشري والقدرة على التركيز والانتباه. كشخص بالغ، تمكنت من جلب معرفتي الحدسية إلى الدراسات الطبية الشخصية في الحياة اليقظة - ولكن يجب أن أؤكد على أنه يجب التحقق من أي معلومات أتلقاها وأنقلها مع أخصائي من مجتمع ١٠٠ The Healing الطبي في هذا الجانب. يجب بالتأكيد تأكيد وتوضيح أي معلومات تأتي من المرشدين أو التوجيه مع الممارسين الطبيين هنا. الهدف هو العمل الجماعي. بينما أدرك تمامًا أن أي شيء ممكن في حالة الحلم، كان أحد أكبر التحديات التي واجهتها هو قبول فكرة أنه ليس كل من أعمل معه على مستوى الطاقة سيشفى، وأن الشفاء لا يعني دائمًا الشفاء. هناك عدد من الأسباب التي قد تكون وراء ذلك. نأتي إلى الحياة بنية التعلم من وقتنا على الأرض. يدخل الأفراد في التجسد بمخطط أو مهمة، وقد يكون المرض مجرد جزء من بيان مهمة شخصية لشخص ما. على مستوى الروح، توفر الصعوبات فرصة ثمينة للغاية للنمو. في خضم الشدائد نبدأ في طرح الأسئلة - لماذا أنا؟ لماذا الآن؟ يمكننا أن نتعرف على أنفسنا بشكل أفضل من خلال الظروف الصعبة، لأنه عندما نتساءل عن حياتنا، فإننا نتأمل دورنا في تشكيلها. من أنا حقًا؟ ماذا أريد من الحياة؟ ما الذي أؤمن به في أعماق قلبي؟ يحتاج الناس أحيانًا إلى المشقة لتشجيعهم على إضاءة الزوايا المظلمة والمغبرة التي أهملوها. في بعض الأحيان، من الأفضل عدم شفاء

شخص ما. في أحد الأيام، في محاضرة، اقتربت مني امرأة أكبر سنًا بعد أن سمعت أنني معالج. انخرطنا في محادثة، وأخبرتني شيئًا عن حياتها ومعتقداتها ثم بدأت في وصف أمراضها. بمجرد أن فعلت ذلك، عرفت ١٠١ وهذا هو سبب مجيئها للتحدث معي. أرادت المساعدة. كنت أدرك تمامًا أنها تريدني أن أشفيها. في الوقت نفسه، شعرت بقوة شديدة أنه إذا فعلت ذلك، فسأكون قد أضرت بها. كانت تعرف كل شيء عن قوة الفكر والنية، لكنها لم تكن تعتقد بعد أنها تستطيع تطبيقها على حياتها. كانت لا تزال تأمل أن يتولى شخص آخر مسؤولية حياتها، متنازلاً عن إرادتها لشخص آخر. كانت رغبتها في الاعتماد على شخص ما تمنعها من المطالبة بقوتها. أبقيت الحديث مُركزاً على ما تستطيع فعله، مُؤكداً لها أنني أعلم أنها تمتلك القوة التي تحتاجها في داخلها. وضعت ذراعي على ظهر كرسيها، ودون علمها، أرسلتُ لها أفكاراً مُحبّة. رأيتُ بريقاً يشع في عينيها عندما فهمت أخيراً ما كنتُ أقوله: رحلتها كانت تمكيناً ذاتياً. إن شفائي لها كان سيُعزز إيمانها بأن صلتها بالمصدر تكمن في مكان ما خارجها. إذًا، يُمكن أن يكون المرض الخطير خطوة على طريق فهم أعمق لهدف الحياة. قد يبدو هذا صعباً، ولكنه كذلك. قد ترغب ذاتك العليا في أن تخوض هذه التجربة الدنيوية، وليس من حقي أو من حق أي شخص آخر أن يسلبها منك. يُمكن للمرض والمصاعب أن تفتح أبواباً لعطايا غير متوقعة لتحقيق الذات. كل شيء يعتمد على ما تختار أن تأخذه من التجربة. تلعب قوة الفكر والإيمان دورًا حيويًا فيما يحدث أثناء الشفاء. يجب ألا يكون هناك أي شك من جانب المعطي أو المتلقي في أن الجسم يمكن أن يتأثر بطاقة الفكر ونواياه الإيجابية. كل لحظة في العملية هي تمرين على الثقة. إذا لم يعتقد شخص ما أن الشفاء بهذه الوسائل ممكن، فسوف يرفض حقيقته ليس فقط في ذهنه ولكن أيضًا في جسده. مرة أخرى، هذا هو اختيارهم. الشفاء إذن قائم على الإذن. لا يمكن فرضه على فرد، تمامًا كما لا يمكن فرض الحب على متلقي غير راغب. إذا كان لدى الناس استثمار عاطفي في مرضهم، فقد لا يرغبون في الشفاء في الواقع، على الرغم من غرابة ذلك. لقد تعلمت هذا في حلم اقتربت فيه من امرأة على كرسي متحرك. في البداية تساءلت عما إذا كانت على قيد الحياة. كانت تنضح بغرغرينا زرقاء من الداخل إلى الخارج، كما لو أن نوعًا من العفن يحاول شق طريقه إلى سطح جلدها. مددت يدي لأضعها برفق على كتفها، ولكن ما إن كنت على وشك ملامستها، حتى خرجت من سكونها لتطلق موجة لا تصدق من الغضب تجاهي. نادتني باسمي، وهو أمر غير معتاد ومقلق. صرخت قائلة: "من تظن نفسك بحق الجحيم؟" "كيف تجرؤ على لمسي؟ ما الذي يجعلك تعتقد أنني أريد أيًا من شفائك اللعين؟" فوجئت وحزنت كثيرًا، وابتعدت، وشعرت بالتوبيخ والارتباك. شعرت وكأنني قد صُفعت على وجهي. لا بد أن أحدهم سمع هذه الفكرة. في الليلة التالية، زارتني امرأة في وقت

الحلم. قالت: "نحن آسفون لتعرضك للضرب، لكننا جميعًا نحبك ونحن هنا من أجلك". شعرت براحة كبيرة لوجودها وكلماتها. في هذه الأثناء، تعلمتُ درسًا قيّمًا. هل الشفاء في المستوى النجمي، حيث أُمارس عملي في وردية الليل، هو نفسه الشفاء بالطاقة في المستوى المادي؟ الإجابة هي نعم ولا. أستخدم الطاقة وأنا في جسدي الأثيري، لكنني أعمل في كلا المستويين النجمي والمادي. إذًا، يكون شفائي في شكل أثيري. أحيانًا يكون الجسد الذي أشفيه في شكله الأثيري عندما نلتقي في زمن الحلم. وفي أحيان أخرى، ينتقل شكلي الأثيري مباشرةً إلى الجسد المادي للشخص. تشمل المصفوفة الواقعين النجمي والمادي. لكل منهما تردد مختلف، لذا لا يستطيع معظم الناس رؤية الأجسام الأثيرية، التي تهتز بتردد أعلى، حولهم. مع ذلك، لدى كل شخص جسد أثيري، وهو يسافر في زمن الحلم، تمامًا كما أفعل أنا. يشبه هذا الجسد الجسد المادي، لكنه بناء عقلي، شكل من أشكال الطاقة التي يجمعها الفكر الواعي والقصد. عندما يسمع البعض أن أجسادهم الأثيرية تسافر إلى العوالم النجمية في الأحلام، قد يقلقهم أن الجسد المادي يكون فارغًا في تلك اللحظات، وأن روحه قد رحلت إلى مكان آخر. هذا ليس صحيحًا. يقول البعض إن الجسد الأثيري متصل بالجسد المادي بحبل فضي، لا ينقطع إلا عند الموت. لم أرَ ذلك الحبل إلا مرة واحدة، لكنني لا أشعر أبدًا بأنني قد تخليت عن ذاتي المادية وأنا أسافر في أبعاد أخرى. تذكروا، العديد من الأحلام هي زيارات إلى المستوى النجمي. تنام ليلًا واثقًا بأنك ستستيقظ في جسدك غدًا. وعيك الأعلى يعلم تمامًا أن روحك لن تغيب عن جسدك. بمعنى ما، المستوى النجمي ليس جزءًا من الكون الأوسع الذي يحتضننا فحسب، بل هو أيضًا جزء من كون داخلي. إنه فينا وحولنا. الشفاء في الحلم له جودة مختلفة تمامًا عن عمل الطاقة في واقع اليقظة، مع أن النتائج قد تكون هي نفسها. في المعرفة، أشعر باليقين والثقة. أعرف بالضبط ما يجب فعله. هذا أمر جيد أيضًا، ففي زمن الحلم، لا أجد وقتًا لطرح الأسئلة. عادةً ما يجد تام نفسه في موقف يستغرق حوالي ٠,٠٢ نانوثانية ليعرف أين أنا، ومع من أنا، وما الذي يحتاجونه. أُسمي هذا "الفرز النجمي"، والذي لا يشمل الشفاء فحسب، بل يشمل أيضًا الإنقاذ في حالات الطوارئ. فجأةً، أغرق في ضرورة اللحظة؛ لا وقت للشك أو التردد. إذا تخيلتَ وصول مُسعف إلى موقع حالة طوارئ، فستكون لديك فكرة جيدة عن ماهيتها. ينطلق عمال الطوارئ من كلا الجانبين للعمل دون أن يُخصصوا وقتًا للجلوس والتفكير في الأمر برمته. هذه هي طبيعة العمل. تختلف أسباب استدعائي؛ لا أعرف أبدًا إلا عندما أصل إلى موقع الحادث. مع ذلك، أعرف أنني قادر على الاستجابة لطلب المساعدة دون قيود المكان أو الزمان. بمجرد الشعور بالحاجة، أكون هناك - حتى لو كان جسدي المادي بعيدًا جدًا عن الجسد المادي للشخص المحتاج. كل تجربة مختلفة عن سابقتها - لا تتكرر أبدًا. ١٠٥ ساكن هامشي في

نوبة الليل إذا كنت سأكتب دليلًا عن الفرز النجمي، فسأشير بالتأكيد إلى أن ما أفعله في وقت الحلم يحدث فرقًا حقيقيًا للغاية في العالم المادي. بالإضافة إلى عمليات الشفاء الخاصة بي، فأنا أتلاعب بالأشياء أو أحركها وأرسل اقتراحات عقلية قوية. لقد توصلت إلى هذا الإدراك عندما رأيت لأول مرة أشخاصًا وأماكن وأحداثًا في الأخبار أو في الصحف كانوا نفس الأشخاص والأماكن والأحداث التي رأيتها أثناء رحلاتي النجمية. يمكن أن تتأثر الأشياء والأشخاص بما أسميه فكرة الدفع. | خذ كل المشاعر داخل كياني بالكامل، واجمعها في كرة كبيرة من الطاقة العاطفية والعقلية، واسحبها إلى السطح، ثم أطلقها في دفعة من التركيز النهائي على أي شيء أرغب في خلقه. عندما أرد على مكالمة، أعلم أنه بالرغم من وجودي في جسدي النجمي - حالة أثيرية لا معنى فيها للوقت - إلا أن هذا لا ينطبق بالضرورة على من أساعدهم المقيدين بأجسادهم المادية. ففي واقعهم، هناك أحيانًا مواقف يكون فيها لكل ثانية قيمتها. وقد أدركت هذا ذات يوم قبل عدة سنوات. كنت قد رددت على مكالمة حول حادث انحرفت فيه حافلة مليئة بالأطفال إلى نهر. كانت السيارة تغرق بسرعة في المياه المتدفقة، ولا يزال ركابها الصغار عالقين في الداخل. وفجأة وجدت نفسي تحت الماء. بالنظر من النوافذ، رأيت الأطفال المذعورين في الداخل يصرخون. كانوا يضغطون بأيديهم الصغيرة على النوافذ، ورأيت الرعب والخوف في عيونهم بينما كان اثنان أو ثلاثة منهم يتواصلون معي بصريًا. دفعتهم بقوة، مشجعًا إياهم على التوجه نحو مخرج الطوارئ. اندفع الأطفال إلى مؤخرة الحافلة وكافحوا لفتح الباب، لكن عضلاتهم الصغيرة لم تكن ندًا لضغط الماء الذي يغلقه. استجمعتُ كل طاقتي لمساعدتهم على تحريكها، لكنها انهارَت أخيرًا تحت ضغط جهودنا المشتركة. ما إن فُتح الباب، حتى اندفع الأطفال من الحافلة وسبحوا إلى الشاطئ سالمين قبل أن يستديروا ليروا الحافلة تغرق تمامًا في النهر. في اليوم التالي، رأيتُ خبرًا عن حادثٍ مماثل في الصحيفة، وقرأتُ بارتياحٍ كبير أن جميع الأطفال قد خرجوا سالمين. كانت هذه هي المرة الأولى التي يُؤكّد فيها تقريرٌ إعلاميٌّ تجربتي النجمية. كانت فكرةُ أنني أحدثتُ فرقًا في العالم المادي - بل وتصديقُ ذلك - غامرةً. مهما عدتُ أرى خبرًا عن شيءٍ حدثَ أثناء وجودي هناك في صورةٍ أثيرية، فإنه لا يزال يُدهشني. عندما أعمل في وردية الليل، يبقى عقلي الواعي - ذلك الجزء مني الأكثر فاعليةً في إدراك الواقع - معي كراكبٍ أو مُراقب. العقل الواعي فضوليٌّ، يُحبُّ معرفةَ كيف تسير الأمور. لكن يجب أيضًا عرض المعلومات بطريقة تجعلها مفهومة للوعي اليقظ البصري والحرفي. ولصالح هذا العقل، غالبًا ما يُقدم معلمو الروح والمرشدون المعلومات في كتاب "١٠٧ " على شكل رسم تخطيطي مُركب على الجسم يُظهر تدفق الطاقة ويُبرز النقاط التي تحتاج إلى نقل الطاقة إليها. أو قد يُقدمون معلومات عملية عن الأعشاب والنظام الغذائي من خلال عرض صورة

لنباتات أو أطعمة معينة، أو إعطائي توجيهات لفظية. أحيانًا تُدمج الصور والكلمات لمساعدتي على فهم توجيهات مُرشديّ. عندما أستيقظ، يُمكنني استخدام هذه المعلومات كأساس للبحث. بهذه الطريقة، يُمكن للمعرفة الحدسية أن تُوجه وتُعزز المعرفة المكتسبة. في عالم اليقظة، أواصل دراساتي الشخصية في مجال الشفاء والصحة. يجب أن أعترف بأن الحصول على شهادة طبية سيكون تكاملًا رائعًا مع العمل في مجال الطاقة الذي أقوم به. مع ذلك، ليس لديّ شهادة على حائطي، وأود أن أؤكد مرة أخرى أنني لست طبيبًا. ومع ذلك، ما زلت أفعل كما فعلت دائمًا - أُقدم كل ما أستطيع من مساعدة. من أجل استشعار وتقييم الحالة العاطفية لشخص ما، أضع يدي عليه، باحثًا عن البقع الباردة التي تشير إلى انسداد الطاقة. أحيانًا تصاحب هذا الإحساس كلمة أو صورة لشيء داخل الجسم. في اللحظة التي أجد فيها البقعة الباردة، تأتي إليّ معرفة الإجراء الذي يجب اتخاذه في ومضة حدسية. قد يكون لديّ ميل لترك يدي تحوم فوق المنطقة أو وضعها مباشرة على البقعة، مرسلة ضوءًا أو حبًا أو حرارة أو لونًا أو صوتًا شافيًا إلى تلك المنطقة. قد أكون حتى مدفوعًا لتغطية منطقة بالحجارة والبلورات بترتيبات معينة بسبب صورة أو عبارة يقدمها لي أحد مرشديني. يتردد صدى كل من هذه الأدوات ١٠٨ الشفاء بتردد فريد؛ أعرف أي منها، أو أي مزيج منها، سيكون الأكثر فعالية. وكما أن كل موقف يختلف، فكذلك يتم تصميم كل حل لتلبية احتياجات اللحظة والشخص. لجزء كبير من حياتي، تساءلت عما إذا كنت أعمل وحدي في نوبة الليل. في طريق الكون الذي يسعى دائمًا لتقريبنا من الحقيقة، أُرسل لي في يوم من الأيام إجابة. كنت مرهقًا تمامًا، وكنت أساعد صبيًا أثناء نوبة الليل عندما شعرت بيد لطيفة على كتفي. قال صوت شاب خلفي، "تفضل، دعني أساعدك. أنت بحاجة إلى الراحة. لست الوحيد الذي يفعل هذا." التقط من حيث انتهى، مما سمح لي بأخذ استراحة كنت في أمس الحاجة إليها. هل كان شخصًا مثلي، على مستوى الأرض ويحلم، أم كان روحًا غير متجسدة؟ ما زلت لا أعرف، لكنني أشكر الله عليه. لا يهم بالنسبة لي إذا كان متجسدًا أم لا. كان من الجيد ببساطة أن أعرف أنني لم أكن وحدي. منذ ذلك الحين، رأيت العديد من المعالجين بالطاقة الآخرين على المستوى النجمي. لقد تعرفت عليهم من خلال حالة الوجود المحددة - الطاقة أو الاهتزاز - التي ينبعثون منها. غالبًا ما نلقي نظرة اعتراف على بعضنا البعض بينما نهتم باحتياجات اللحظة. من فوائد العمل مع زملائي المعالجين بالطاقة أنني تمكنت من تجربة ما يعنيه أن تكون على الجانب المتلقي للشفاء. | كنت أعمل مع كارولين، وهي مرشدة "قادني" إليها مرشدوني الروحيون في وقت كنت بحاجة فيه إلى حل شكوكي وصراعاتي نهائيًا. علاقتي مع كارولين ١٠٩ فرينج دويلرز في نوبة الليل والفوائد التي جلبتها لي مذكورة في "الذئب الرمادي" - الفصل الخاص بالمرشدين - لذا لن أكررها هنا باستثناء القول

إنه، بسبب الإرهاق من كمية الطاقة التي استغرقتها للعمل في نوبة الليل، كنت أفكر في تقديم إشعاري والاستقالة. ومع ذلك، كنت أعلم أن قمع الجزء الحيوي والحدسي من وجودي لم يكن حلاً، وأنه إذا كنت سأستمر، فأنا بحاجة إلى شخص في العالم المادي لمساعدتي على تعلم كيفية التوفيق بين جوانب حياتي التي كانت تتعايش بشكل غير مريح. كان عليّ إيجاد طريقة للموازنة بين دوريّ: زوجة وأم عادية نهارًا وصليبية ذات عباءة نجمية ليلًا. كان المرشد معي عندما أدركتُ أنه لا مفر من النوبة الليلية. سواءٌ أكان ذلك خيرًا أم شرًا، كانت الهدية التي حظيتُ بها موعدًا مدى الحياة. كنتُ في أمسّ الحاجة إلى بعض الشفاء لنفسي، وقد وفّره لي مرشدي الأرضي. بتوجيهاته، انفتحتُ على التغيرات الدقيقة في جسدي، وأدركتُ أن أجسادًا نورانيةً تتجمع حولي.في بعض الأحيان شعرت بوجود غير مرئي، ولكن في أوقات أخرى رأيت بالفعل جسدًا ضوئيًا خافتًا أو عددًا من الكائنات الضوئية يضعون أيديهم فوقي أو بالقرب مني - أحيانًا مباشرة بداخلي. ما اعتقدت أنني أعرفه عن الحب على هذه الطائرة الأرضية شحب بالمقارنة بما شعرت به خلال هذه العلاجات. كان الحب غير المشروط الذي شعرت به ملموسًا وغامرًا. في النهاية لاحظت أن الكائنات الضوئية التي تقوم بشفائي كانت جزءًا من فريق. بمجرد أن أصبحت إمكانية العمل الجماعي مفتوحة لي، دفئت لمفهوم ١١٠ الشفاء بالاستعانة بعمال نوبة الليل الآخرين للمساعدة في ممارستي للشفاء. لا تسألني لماذا، ولكن لم يخطر ببالي أبدًا أن أسأل من قبل. لقد كان من دواعي ارتياح كبير أن أعرف أن هناك آخرين يمكنهم مساعدتي إذا احتجت إليها. إن تقديم طلب المساعدة هو عادة أمارسها الآن كل ليلة بينما أستعد لدخول نوبة الليل. تقدم الأرواح مساعدتها بصبر وكرم لا حدود لهما. لقد أكدت ممارسة الشفاء الجماعي الرسالة التي تنسج داخل وخارج التجارب والأحلام التي أشاركها معكم: لسنا وحدنا. مهمتي ليست سهلة. هذه ليست شكوى، بل مجرد ملاحظة. بصفتي معالجًا وعامل إنقاذ، أرى الكثير من المعاناة، والكثير من الألم. في بعض الأحيان، ينكسر قلبي. لا يمكنني إنقاذ العالم وحدي، بقدر ما أود ذلك. نحن نشفي ما نستطيع من خلال إدراك وحدتنا الأساسية والعمل معًا. تنمو دائرة الشفاء. كل عمل من أعمال التعاطف، منك ومني، صغيرًا كان أم كبيرًا، يضيف إلى الدوامة المتوهجة التي ترتفع لتذيب أمراض العالم في محيط من النور. هذا هو الوعد الأبدي للحب.

الفصل السادس مدخل يوميات الذئب الرمادي

السبت ٢٧ ديسمبر ٢٠٠٣ بينما أستلقي وأهيئ ذهني لدخول نوبة الليل، أطلب صورة يمكنني التعرف عليها كمرشد روحي. ينفتح وقت الحلم، ويظهر لي قمر الأرض، مكتملًا ومشرقًا. يجذبني بريقه اللطيف إلى تأمل هادئ وغير مدروس، ولذا أنظر إليه دون توقع، فقط أنتظر. تبدأ صورة القمر في التحول وأنا أشاهد. تتشكل الريش على وجهه المستدير والهادئ، محولة إياه إلى وجه بومة. الريش ملون بنعومة مثل ضوء القمر - ألوان بنية ترابية لطيفة، وأصفر زبداني، ورمادي فرينج دويلرز الضبابي في نوبة الليل الممزوجة بالأزرق. تظهر طبقة فوق طبقة دائرية حتى يتم إخفاء الكرة المضيئة تمامًا بها. أشعر بوجود يتشكل خلف القناع. جوهره أصلي. إنه مخفي تمامًا باستثناء عينيه، التي تتوهج بالحكمة واللطف والفهم. إنها عيون الذئب الكهرمانية. لقد جاء مرشد روحي إلى ندائي. اسمه الذئب الرمادي. القمر، البومة، الذئب. هذا الثلاثي الليلي غني بالطبقات ذات المعنى القديم. القمر المكتمل هو وعاء العرافة ورحم الحدس - فهو يضيء سماء الليل، ويجلب اللاوعي إلى الوعي، وينير الظلام. إنه يدور حول الأرض، مسجلاً لنا الإيقاعات التي أدت إلى ظهور أقدم التقاويم. إنه يجذب المد والجزر - ليس فقط للبحار، ولكن أيضًا لمشاعرنا. تشرق منه قوة المرأة التأملية والعارفة كمنارة سماوية وهي تراقب الأحلام وأسرار الخيال الإبداعي. البومة رمز للطيران النجمي والسحر والاستبصار والحكمة. يمكن لبصر البومة أن يخترق الخداع ويكشف الحقائق الخفية. إنه يحمل رسائل في الأحلام أو في لحظات التأمل الخاصة. الذئب مخلص للغاية، اجتماعي وكريم، ولكنه أيضًا مستقل. إنه مرتبط بقوة بالقمر وكل القوة التي يمتلكها. عندما يغني لها في الليل، ١١٤ الذئب الرمادي، فإنه يستدعي القوة الداخلية للذات الطبيعية الجامحة التي هي جزء غريزي من وجود كل إنسان على الأرض. وولف مُحاورٌ ومُعلّمٌ بارع. رأيتُ الذئب الرمادي مرةً واحدةً فقط. لم تكن لديه رسالةٌ مُحددةٌ لي، لكنني أعلم أن المُرشدين السياحيين يأتون إليّ فقط لسببٍ مُحدد. لستُ متأكدًا تمامًا من سبب ظهوره في هذه المناسبة تحديدًا، إلا لإخباري أنه هناك يُراقبني. ظلت صورته عالقةً في ذهني منذ ذلك الحين. ربما نظر من فوق كتفي وأنا أرسم صورته. أودّ أن أعتقد ذلك. في الواقع، كان من المُمكن أن يُسهّل الأمر كثيرًا لو استطعتُ حجز جلسةٍ له. آمل أن أكون قد أتقنتُ ملامحه. لو لم أفعل، لما اشتكى. لطالما كان مُرشديّ معي منذ طفولتي، أحيانًا ككيانٍ مرئي، وأحيانًا كأصوات. بعضهم يأتي كثيرًا؛ والبعض الآخر لا يظهر إلا مرةً واحدةً، لمساعدتي في مُشكلةٍ أو سؤالٍ مُحدد. المُرشدون السياحيون مُفيدون جدًا. أعني، من منّا لا يحتاج إلى بعض النصائح من حينٍ لآخر؟ ما أردته حقًا قبل أن أحلم بـ"الذئب الرمادي" هو

تطوير نظام تواصل مع مرشديّ - طريقة ما للتواصل معهم عندما أحتاج إلى مساعدة أو لديّ سؤال مُلِحّ. ما زلتُ لا أملك صيغةً للاتصال بهم وطلب مقابلة كلما أردتُ. بدلًا من ذلك، اضطررتُ إلى تبني ما أسميه "فن السماح" بالدخول إلى حياتي، مدركًا أن مرشديّ سيتواصلون معي كلما رأوا أن هناك شيئًا أحتاج إلى معرفته. غالبًا ما يظهرون في اللحظات الحاسمة ليرشدوني إلى الاتجاه الصحيح، ١١٥ ، ولكن في أغلب الأحيان يبدو أنهم يعتقدون أنه من الأفضل أن أترك الأمور تتضح لي بنفسي. هناك خط فاصل دقيق بين المرشدين والمعلمين. المرشدون كيانات تُساعدك في رحلتك الشخصية. يتم تعيينهم لك بناءً على صفاتك الفريدة وهدف (أهداف) تجسدك الحالي. يمكن أن يظهر المرشدون كحيوانات أو أشخاص أو كائنات أثيرية من النور. يأتون إليك بأشكال وهيئات تتوافق مع جوهرك الخاص وتجربتك الثقافية التي اخترتها. يعتقد الكثيرون أن المرشدين الروحيين يخففون عني ضغوط اتخاذ القرارات التي نضطر جميعًا لاتخاذها في حياتنا، لكنهم لا يفعلون. لا يخبرني المرشدون الروحيين بما سيحدث في المستقبل. مع أنه من اللطيف أن يخبروني بأرقام اليانصيب التي أختارها، إلا أن هذه ليست الطريقة الصحيحة. لا يمكن استغلالهم لتحقيق مكاسب مادية شخصية، وهم بالتأكيد لا يفرضون أي نوع من الطاعة. لن يتخذوا القرارات نيابةً عني، عليّ أن أفعل ذلك بنفسي، تمامًا كأي شخص آخر. يأتون للمساعدة، لا للتدخل في الإرادة الحرة التي تُعد جزءًا بالغ الأهمية من رحلتنا على الأرض. لديّ عدد من المرشدين الروحيين. استغرق الأمر مني بعض الوقت لأدرك أن لكل منهم تخصصه، وسيجيبون على أسئلة تتعلق بمجال خبرته. يوجهني بعض المرشدين الروحيين في مجال العلاج بالطاقة، بينما يدلني آخرون على الطريق إلى شخص يجب أن أقابله. يقدم لي بعضهم معلومات عن الأعشاب أو النظام الغذائي أو استخدام البلورات. يأتي آخرون عندما أحتاج إلى لحظة من الراحة أو رفيق في مرحلة قصيرة من رحلتي. ١١٦ الذئب الرمادي، يبدو أنني جذبتُ عددًا من المرشدين الأمريكيين الأصليين. لم أكن متأكدًا دائمًا من سبب ذلك حتى وقت قريب، عندما أخبرني وسطاء روحانيون آخرون أنني قضيتُ حياةً أو اثنتين مختلفتين كشامان ومعالج أصلي، وأنني مُقدرٌ لي أن أستعيد مكانتي كمعالج في هذه الفترة أيضًا. يُساعدني مرشديّ الأمريكيون الأصليون على فهمٍ أفضل لعطايا الطبيعة، كالأعشاب والبلورات العلاجية، وعلى علاقةٍ أوثق مع أمنا الأرض وأبنا السماء. كما قدموا لي هديةً قيّمةً للغاية وهي اسمٌ روحي. كنتُ أفكر في الأسماء - كيف ترتبط ارتباطًا وثيقًا بالهوية، وكيف غالبًا ما تتخذ النساء لقبًا جديدًا عند الزواج. إن اتخاذ اسم شخصٍ آخر يمنحك شعورًا غريبًا بأنك لم تعد أنت نفسك تمامًا - كما لو أنك التزمت ليس فقط بعلاقةٍ جديدة، بل أيضًا بأن تكون شخصًا مختلفًا. عندما سألتُ عن اسمي الروحي، كان زواجي قد انتهى. في كفاحي لإعادة

اكتشاف ذاتي، عدتُ إلى العمل الفني الذي لطالما شكّل جزءًا كبيرًا من هويتي. غالبًا ما يفكر الرسامون في كيفية توقيع أعمالهم، وكنت أفكر في استخدام اسم عائلتي قبل الزواج- مونيكا هولي. هولي اسم تشيكي يعني "عارية"، مثل شجرة عارية من أوراقها. | اعتقدت أن الاسم مناسب تمامًا للحياة الجديدة التي كنت أصنعها- منفتحة على العناصر، ومكشوفة، ومنتظرة النمو الجديد لفصل الربيع. بالطبع، هولي لها معنى إنجليزي أيضًا، وهذا يتحدث عن ارتباطي العميق بالحياة الروحية التي تحركت بداخلي، في انتظار أن تؤتي ثمارها عندما يحين الموسم المناسب. ١١٧ ساكن هامشي في نوبة الليل كل الأفكار التي دارت في ذهني حول الهوية والفن والروح والتسمية دفعتني بشكل طبيعي إلى أن أسأل مرشديني، "هل هناك اسم روح تعرفني به؟" سمعت ردًا على ذلك جوقة من العديد من الأصوات. تخيلتهم ينتظرون على الهامش لمثل هذا السؤال حتى يتمكنوا من غنائه كصوت واحد: "موناكوا!" بدا وكأنه اسم أصلي. بما أنني لا أملك أي صلات بالسكان الأصليين في هذه الحياة، فأنا لست متأكدًا من سبب ظهور الاسم في هذا الوقت، ولكن مهما كان السبب، فأنا أرحب به وأحتفظ به قريبًا من قلبي. إن الحصول على اسم جديد هو جزء من طقوس المرور في العديد من التقاليد - وهو علامة على العضوية في مجتمع روحي. يفعل المرشدون أكثر بكثير من مجرد تقديم أسماء الأرواح - يمكنهم أيضًا تقديم اقتراحات تغير الحياة. أنا ممتن حقًا للمرشد الذي طلب مني إجراء مكالمة هاتفية بسيطة في أحد أيام عام ٢٠٠٣. إليكم القصة: كنت قلقًا. لقد وقعت في حالة من الاكتئاب من قبل، ويمكنني أن أشعر أن الدورة على وشك أن تبدأ مرة أخرى. | بالتأكيد لم أرغب في الذهاب إلى هناك - كان أطفالي بحاجة إلي، وكنت بحاجة إلى معرفة أنني أستطيع أن أكون هناك من أجلهم. كان علي أن أشفي أيًا كان ما أرسلني إلى الدوامة الهبوطية التي كانت تهدد بالتغلب علي مرة أخرى. ناديت على مرشديني. "ماذا يمكنني أن أفعل؟" سألت. "أين يمكنني أن أجد المساعدة التي أحتاجها؟" كان هذا كل ما كان لدي لأقوله. بمجرد أن انتهيت من توسلاتي، أخبرني صوت أن أتصل بكارولين لونغ، المرشدة التي غيرت حياتي والتي ذكرتها سابقًا في هذا الكتاب. ١١٨ الذئب الرمادي لم يكن لدي ما أخسره. لقد قابلت كارولين في دورة أعمال مدتها أسبوعين أخذتها في عام ٢٠٠١. أقيمت الدورة في محكمة قديمة جميلة تم تحويلها إلى مركز مجتمعي. في اليوم الأول، دخل الطلاب قاعة المحكمة التي كانت تُستخدم الآن كمسرح وقاعة محاضرات، ووجدوا مقاعدهم، واستقروا مع بدء المحاضرة. لقد كانت بداية غير متوقعة. أخبرنا المدرب أن بعض الناس في المنطقة يعتقدون أن المبنى مسكون. يبدو أن قضية محكمة في القرن التاسع عشر قد سارت بشكل سيء للغاية. كان رجل يُدعى جاك يحضر محاكمة ابنه - أو ابن أخيه، لا أحد متأكد تمامًا من أيهما - الذي كان يُحاكم بتهمة

الاغتصاب. وبينما كانت المحكمة تنتظر الحكم، ازداد غضب جاك بشكل متزايد. غير قادر على تحمل الضغط، ركض من قاعة المحكمة إلى الشرفة بالخارج. تمامًا كما كلمة "مذنب!" دوى صوت في القاعة، فتعثر جاك وسقط من الشرفة حتى لقي حتفه. ومنذ ذلك الحين، وردت تقارير عديدة عن مشاهدات أشباح حول المبنى. قال البعض إن الشبح ظهر على شكل كلب أسود. وادعى آخرون أنهم رأوا رجلاً عجوزًا يمشي بعصا. كان من الواضح أن المدرب كان يستمتع بالقصة، إذ أخبرنا أنه كانت هناك أوقات في الماضي يندفع فيها الناس خارج الغرفة وهم يصرخون. وقال لنا مبتسمًا إنه إذا رأينا شيئًا، فيجب أن نبقى هادئين. وبطبيعة الحال، أخذت القصة بحذر. لاحقًا، أثناء الاستراحة، توجهت إلى الحمام مع مجموعة من النساء. وبينما كنا نقترب من منزل ١١٩ على باب Night Shift، مرت بنا امرأة ترتجف قليلاً وتعلق على مدى البرودة والغرابة هناك. تحدثت إحدانا - امرأة صغيرة الحجم، ضئيلة الحجم تقريبًا، في أوائل الخمسينيات من عمرها. كانت ترتدي ملابس أنيقة، وشعرها الكستنائي المجعد كان قصيرًا حتى الكتفين. نظرت عيناها البنيتان النابضتان بالحيوية والذكاء إلى المرأة من خلال نظارة بلا إطار. قالت: "إذا صادفتَ "وجودًا"، "فما عليك سوى سؤاله إن كان من النور. إذا أجاب باسم، فأخبره بمحبة أن وقته هنا قد انقضى وأنه يجب أن يذهب إلى النور". كان لديها المزيد لتقوله، لكنني فاجأتني دهشتي. لم أسمع قط شخصًا يتحدث بهذه الطريقة دون أن يبدو مجنونًا. لم تشعر بالحرج مما كان يخرج من فمها، وفي الوقت نفسه لم تكن مُلحّة على الإطلاق. قدمت ببساطة نصيحة بشأن موقف غريب كما لو كان الأمر الأكثر طبيعية في العالم. "يا إلهي"، فكرت. "هذا ليس دبًا عاديًا". لذا لاحظتُ ذلك. على مدار الأسبوعين التاليين، انشغلت أنا وكارولين بالمواد الدراسية والمحاضرات، لكننا راقبنا بعضنا البعض، كما يفعل الطلاب. برزت كارولين عن الآخرين. كان يحيط بها جوٌّ من الهدوء المُحبّ، لدرجة أنني لفتت انتباهي كشخصيةٍ عايشةٍ في هذا الحيّ، تعرف ما تريد وتستحق، وقد اكتسبت حكمةً وفطنةً خاصتين بها. طلبتُ بطاقتها، لكنها لم تذكر سوى ممارساتها العلاجية البديلة مثل الريكي، وعلم المنعكسات، واللمسة العلاجية. لم أكن أعلم أنها أيضًا معالجةٌ نفسية، ومعالجةٌ بالتنويم المغناطيسي معتمدةٌ من ١٢٠ Grey Wolf، ومعالجةٌ في استرجاع الحياة الماضية، وشامان. قضت حيواتٍ عديدة كشامانٍ أصليّ، وما زالت تتذكرها جيدًا. الآن، بعد أشهرٍ من ورشة العمل، نصحني صوتُ أحد مرشديّ الروحيين بالتواصل مع كارولين. اتصلتُ بها، وحجزتُ موعدًا، وتساءلتُ عمّا يُمكنني قوله لها لأشرح سبب رغبتي في رؤيتها. التقينا في المقهى المحليّ. لم أُحضّر خطابًا. تمنّيتُ أن أعرف ما أقوله عندما يحين الوقت. جلستُ أمامها في صمتٍ مُحرجٍ لبضع لحظات، لكن لم يتبادر إلى ذهني شيءٌ سوى الحقيقة المُجرّدة. "حسنًا،" نطقت أخيرًا، "لا

أعرف طريقة أخرى لقول هذا. أرى الموتى. ليس لدي مال. أرسلني مرشدوني. هل يمكنك مساعدتي؟" لم ترمش حتى. "بالطبع أستطيع يا عزيزتي،" قالت. "لهذا السبب أنا هنا." شعرت وكأنني أبكي من شدة الراحة. لقد أخبرت شخصًا ما أخيرًا عن قدراتي، ولم يكن الرد الذي تلقيته هو الرعب ولا عدم التصديق. لقد أصبح لدي مرشد جديد - من لحم ودم - لمساعدتي في اجتياز مياه حياتي الغريبة. ولأول مرة منذ المدرسة الثانوية، وجدت شخصًا يمكنني أن أثق به. وهكذا بدأ الأمر. بعد أن شخصتني كارولين بأنني لست مريضًا عقليًا، ولكن كوسيطة ومعالجة، أخبرتني أنها ستعطيني واجبًا منزليًا كل أسبوع. وأوضحت أنها لم تكن هناك لحملي؛ كان عليّ أن أقوم بدوري، وإذا لم أفعل فسوف تتركني. لا هراء ولا كسل. لم تكن هناك لشفائي؛ ١٢١ ساكن هامشي في نوبة الليل كنت سأشفي نفسي. منذ البداية، بدأت دروسًا في التمكين الذاتي والمسؤولية والإرادة الحرة. كان العام التالي بمثابة ماراثون من التعلم - عمل الجمجمة العجزية، الريكي، العلاج بالإبر، عمل الرحلة، التوجيه، عمل الطاقة، انحدار الحياة الماضية. كانت كارولين معلمة رائعة وصبورة. مراقبة ودائمًا ما تكون حاضرة في اللحظة، تمنح طلابها كامل انتباهها. إنها تعرف كيف تستمع ومتى تتحدث. تتحدث بهدوء ولكنها واثقة من نفسها بقوة، ويظهر حبها غير المشروط دون أدنى تلميح من التنازل. أصبحت أطلق عليها اسم "يودا" لأنها ذكّرتني بالحكيم الصغير الذابل في حرب النجوم. كانت تقول "لا تفكر، فقط افعل!" على مدار العام والنصف التاليين، جمعنا وملأنا صندوق أدوات من التمارين والممارسات بينما تعلمت كيفية توجيه طاقاتي، وموازنة حياتي اليقظة والأحلام، وفهم آليات وعيي. كما قدمتني كارولين إلى طبيب ومستشار آخر قرر مرة أخرى أنني سليم عقليًا. وأشار إليّ على أنني شامان بالفطرة - شامان قمة شجرة - لأنني لم أحصل على تدريب أو معلم. لقد تعلمت من تجاربي الخاصة. وعلى الرغم من أنني كنت سعيدًا بوجود أسماء لما فعلته، إلا أنني كنت سعيدًا أيضًا لأنني لم أعرفها من قبل. بطريقة ما، ساعدني التواجد في الظلام بشأن تفاصيل قدراتي على تطوير موقف عدم التوقع - مجرد ترك الأشياء تأتي - وهذا هو مفتاح فن السماح. ١٢٢ الذئب الرمادي كان خلال عملي مع كارولين عندما قمت بالتسجيل في نوبة الليل. أود أن أعتقد أنه إذا كان هناك إعلان للوظيفة، فسيكون شيئًا من هذا القبيل: مطلوب: حدسي عاطفي ومتعاطف وحالم واضح للعمل في المناطق الحدودية. يجب أن يكون ملتزمًا بالشفاء والتوجيه، وقادرًا على التعامل مع الموتى المصابين بصدمات نفسية.المؤهلات: تدريب مهني منذ الولادة وما قبلها. خبرة لا تقل عن ثلاثين عامًا في مجال التواصل الروحي. اجتياز ليلة الروح المظلمة. شهادة في التأريض، والكهرومغناطيسية، والتلاعب بالطاقة، والنية الحسنة. يُفضل الخبرة في التدخل السريع، ودفع الأفكار، ودوريات الحدود. التقديم من الداخل. أتذكر أول يوم

لي في العمل في زمن الأحلام - قراءة العقود وتوقيع الأوراق والارتباك والتوتر الشائعين في أي وظيفة جديدة. كنت سأعمل مع مرشدين وأخذ دروسًا وأُدرّس وأُجيب على نداءات الأرواح المحتاجة. على الرغم من أنني كنت نشطًا في زمن الأحلام منذ الطفولة، إلا أنه حتى ذلك الحين بدا لي وكأنه شيء "حدث" لي دون موافقتي أو فهمي، مثل شرط المرور عبر ١٢٣ في مدرسة Night Shift الابتدائية والثانوية. الآن أصبحت مستعدًا لاحتضان طريقي كقرار واعٍ ومختار - دخول إلى جامعة كونية من المعالجين والمرشدين والمعلمين. كان التسجيل خطوة كبيرة بالنسبة لي، قرارًا إيجابيًا للعمل مع الكيانات والطاقات الموكلة إليّ. | دخلت في التزام جديد - علاقة جديدة - مع كل من الجسد والروح. لا أتذكر بوعي جميع تفاصيل عقدي (الكثير من التفاصيل الدقيقة)، لكنني أتذكر أحلامًا أعطتني أدلة. يبدو أنه، كما هو الحال في العالم المادي، فإن العالم النجمي لديه بعض الترتيبات التي يجب القيام بها عندما يتعلق الأمر بمن سيرشد من. لست متأكدًا من الذي يرتب كل شيء، لكن يبدو أن أوراق تعليمي وشفائي دخلت في تشابك إداري قليلاً في تلك الأيام والليالي الأولى. بطريقة ما، من المطمئن بشكل غريب أنهم يمكن أن يفسدوا على الجانب الآخر أيضًا. بعد فترة وجيزة من لقائي بكارولين وقبولها كمرشدة أرضية لي، قابلت امرأة في وقت الحلم ظننت أنها ستكون مرشدتي. كنت جالسًا خارج مكتبة - رمز حلمي لـ "التعلم" - في شيء من الكآبة الزرقاء. كان المبنى خلفي يحمل مخازن هائلة من المعرفة وكمية هائلة من الحكمة القديمة، لدرجة أنني شعرت بالذهول من كم المعرفة التي يجب أن أتعلمها، وكم من العمل يجب أن أفعله. هل كنت قادرًا؟ هل يمكنني فعل هذا حقًا؟ شعرت بالهدوء والتحفظ، في حالة ذهنية "فقاعة" - منحنيًا على نفسي وأفكر فيما بدا أنه مهام ضخمة تنتظرني. اقتربت مني امرأة أوروبية طويلة ونحيلة، وابتسمت، وقالت إنها تستطيع أن ترى ما كان يحدث داخل رأسي. لقد أثبتت ذلك من خلال التحديد. Grey Wolf ١٢٤ لقد أرسلت لي سيلًا من المعلومات التخاطرية كانت صورًا لأفكاري ومشاعري وذكرياتي الخاصة. حسنًا، فكرت. إنها تعرفني، وأنا هنا لأتعلم. ماذا بعد؟ قالت المرأة "تعال معي"، واستدارت لتبتعد. التفكير في كارولين والتزامي تجاهها، لم يكن متحمسًا جدًا، لكنني اتبعتها على أي حال. ركبنا عربة مفتوحة وطفونا في شوارع المدينة، وتوقفنا عند مبنى متهالك، ومحيطه مليء بالزجاج المكسور وشظايا الطوب والأسلاك المقطوعة. عندما بدأت المرأة بالدخول، توقفت تمامًا. | كنت حافية القدمين، وخشيت أن أؤذي جسدي. كما قلت، كانت في بداية مسيرتي المهنية. كان لدي الكثير لأتعلمه عن المخاوف والترددات التي يمكن أن يحملها العقل اليقظ معه إلى واقع الحلم. عادت المرأة، وعلى وجهها نظرة قلق. "أريد العمل معك"، قالت. "لقد ظهر اسمك في القائمة." "ماذا تقصد؟" سألت، لكنها كررت فقط

أنها تريد أن تكون مرشدتي خلال هذا - رحلتي عبر المراحل الأولى من مسيرتي المهنية في نوبة الليل. "ستعمل معي حصريًا"، استمرت في القول. "سنعمل معًا من الآن فصاعدًا." فكرت في كارولين. بالتأكيد تم تسوية مسألة التوجيه بالفعل. لقد تم توجيهي إلى المعلم الذي أحتاجه. الترتيب الذي اقترحته هذه المرأة لن يكون ممكنًا. أخبرتها بذلك. ١٢٥ ساكن هامشي في نوبة الليل "من؟" أرادت أن تعرف. "من يعمل معك؟" عندما أخبرتها عن كارولين، قال التعبير المزعج على وجهها، "كان يجب أن أخبرني بهذا". قالت، "كان اسمك في قائمة الزوار". "لقد ظهرت كزائر! لماذا لم يظهر اسمك على أنه مسجل؟" لم يكن لدي إجابة على سؤالها، لكنها استطاعت أن ترى أنني لن أتراجع عن قراري، لذا اختفت فجأة فيما بدا وكأنه المعادل النجمي للغضب. تم تسوية الترتيبات والاتفاقيات التي عقدتها في وقت الحلم على مدار السنوات القليلة التالية عندما تعرفت على العديد من مرشديني: شادو هوك، الذي أعطاني الهتاف "كانون يوتيه"، والذي اتخذه لاحقًا كاسم له؛ "مخلب الغراب الجميل ذو الشعر الأسود والصفصاف، امرأة من قبيلة الكري ظهرت لي مرتدية اللون الأزرق الكوبالتي بجانب بحيرة مليئة بالزوارق؛ وخبيرة الأعشاب الأصلية الشابة التي لم يذكر اسمها والتي أحضرت لي العشب الحلو والخزامى الطازج في سلة منسوجة وعلمتني طقوس التلطيخ؛ بان ذو الأقدام الماعز، الحكيم مع تقدمه في السن، إله الرعاة والقطعان القديم، والبراري الجبلية، والصيد والموسيقى الريفية؛ مون تشايلد ذو الشعر الذهبي، يرتدي الساتان الأزرق الذي يتدفق مثل الماء المعلق في الهواء؛ ديزرت دود، الرفيق القصير الذي جاء ليمشي معي في إحدى الليالي عندما كنت غير متأكد من مساري؛ نيو جاي، الرجل الأسود ذو العيون الزرقاء الذي جلب لي الراحة والهدوء في لحظة من الإرهاق؛ المرأة الحكيمة، التي قالت لي، "ستدوس قريبًا على البصل الموحل"، وهي رسالة فكاهية وغامضة أخبرتني أنني سأفقد قريبًا الدفاعات التي منعتني من الفهم الضعيف والبريء؛" دكتور، خبير في أمور التغذية والصحة الجسدية؛ الجدة مون ذات الشعر الأبيض الطويل، التي كانت تحمل خشخيشة في كل يد وأرتني أدوات الطقوس؛ المرأة الروحانية التي ساعدتني على فهم أن الإيمان باللحظة هو كل ما أحتاجه لتجاوز تيارات الحياة في هذا الجانب والآخر؛ ومون تشي، أستاذ البلورات وكيمياء الطاقة ومعلم قوة الحياة المعدنية. مون تشي هو أحد مرشديّ الدائمين - من القلائل الذين يزورونني في اليقظة. مع أنه يقف خلفي عادةً وينصحني همسًا، إلا أنني رأيته. يبلغ طوله حوالي سبعة أقدام وبشرته زرقاء. يرتدي رداءً أبيضًا مُغطىً. إنه بالتأكيد ليس من هنا. تعرفت على مون تشي في ظهيرة صيف عام ٢٠٠٤ بينما كنت أحاول الكتابة في مذكرات أحلامي. لم أستطع كتابة أي شيء، وبدأ الإحباط يتزايد. شعرتُ بأنني محاصر، مكبوتٌ بشيء أريد التعبير عنه، ولا أجد الكلمات

المناسبة للتعبير عنه. ثم سمعت صوتًا. قال: "اذهب إلى النافذة بحثًا عن البلورات واختر أربعة منها". سألت: "لماذا؟" وكان الرد: "فقط افعل ذلك". من أنا لأجادل؟ ذهبت إلى النافذة ونظرت إلى مجموعة البلورات والأحجار المعروضة هناك. سألت: "أي منها؟" قال الصوت: "فقط اختر أول أربعة تخطر ببالك". ١٢٧ ساكن هامشي في نوبة الليل عندما اتخذت خياراتي - الأفينتورين والأزرق وناب التنين وحجر القمر - قال الصوت: "ضع واحدًا على كل زاوية من زوايا المكتب". عندما سألت عن السبب مرة أخرى، أجاب الصوت أنه سيخلق تدفقًا للطاقة. لم أسأله عن اسمه إلا في ذلك الوقت. قال لي: "مون تشي". كان محقًا بشأن تدفق الطاقة: فقد رُفعت كتلة الكتابة عندما رويت لقائي معه. بعد خمس ليالٍ، رأيت مون تشي مرة أخرى لدرس في "كيمياء الطاقة". أراني النقاط الثلاث على جانب رأس الإنسان المهمة في العلاج بالطاقة، وعلمني كيفية تحفيز هذه النقاط. كان أحد أكثر لقاءاتي غرابة مع مرشد في يناير ٢٠٠٧. والسبب في غرابته هو أن الحضور الذي جاء إلي لم يكن حتى مرشدي الخاص، بل مرشد شخص آخر. لم تكن الروح مضللة تمامًا - لقد كان مبدعًا فقط في إيصال رسالة إلى مسؤوليته. كانت نيكي تحاول التواصل مع مرشدها الشخصي. كانت تشعر بوجوده، لكنها بدأت تشعر أن المحادثة أحادية الجانب إلى حد كبير. أخبرته أنه إذا كان لديه شيء ليقوله، فعليه أن يجد طريقة للتواصل معها. "كن مبدعًا، يا إلهي!" هكذا قالت. حسنًا، لقد فعل ذلك بالضبط - من خلال الظهور في حلمي بالقميص الأسود القياسي والبنطال الأسود الذي يرتديه معظم مرشديني. أخبرتني ملابسه أنه كان مرشدًا، لكنني كنت مرتبكًا - كان بإمكاني أن أشعر أنه لم يكن واحدًا من مرشديني. أخبرني أنه معلم نيكي، وأعطاني هذه الرسالة: "أخبر نيكي هذا: أنت ١٢٨ Grey Wolf بالضبط حيث يجب أن تكون. أنت على الطريق الصحيح. كل الأشياء التي فعلتها وضعت الأمور في مكانها الصحيح. كل الأشياء التي وضعتها تتناسب تمامًا مع مكان مونيكا وجميع أغراضها. كل الأشياء التي كانت لديك والآن في مكانها ساعدت ومكنت جميع أغراض مونيكا من أن تكون على المسار الصحيح. العقارات والعلية وشبكة الأشخاص كلها موجودة لسبب. كل شيء في مكانه لكِ للقيام بما يجب عليكِ القيام به وما تفعلينه بالفعل." أعطيت نيكي الرسالة في اليوم التالي مع إضافة صغيرة. "نيكي"، مازحت، "لقد فاتتك حقًا! كان هذا الدليل رائعًا، تمامًا مثل وصفك لرجل أحلامك - مصري وجذاب للغاية!" يجب أن يكون المرشدون بارعين في محاولة التواصل معنا. إذا لم ينجح الطريق المباشر، فلا يستسلموا ويتركونا ببساطة. يحاولون إيجاد طريقة أخرى؛ أو في بعض الحالات، مترجم. كل شخص لديه إرشاد من المصدر. إنه موجود في كل مكان حولنا - إذا اخترنا أن نلاحظه. لا يكشف هذا الإرشاد عن نفسه دائمًا من خلال كائنات سحرية ترتدي أردية متوهجة، ولا يتم نقله

دائمًا باللغة الإنجليزية. لا تأتي جميع الرسائل من وقت الحلم أو الجانب الآخر. في بعض الأحيان يأتي الإرشاد إلى حياتنا من خلال الأصدقاء أو حتى المعارف العابرين الذين يقولون شيئًا يجيب على سؤال كنا نفكر فيه. عندما يحدث ذلك، ألتزم الصمت وأقبل الرسالة التي وصلتني من خلالهم. تظهر الإرشادات والتزامنات في الحياة اليومية ثم تنتظر بصبر حتى ننتبه إليها. Fringe Dureller ١٢٩ في نوبة الليل من المضحك كيف نعطي المزيد من المصداقية لمرشدينا "الصوفيين" على الجانب الآخر، كما لو أن رسائلهم تحمل بطريقة ما وزنًا أكبر من الرسائل التي نتلقاها من زملائنا المسافرين في طريقنا إلى الأبدية هنا على الأرض. يأتي الإرشاد بطرق مفاجئة وخفية - أو أحيانًا ليست خفية جدًا. الكوارث، على سبيل المثال، قد تُخبرنا بتغيير مسارنا. إن لم يكن هذا إرشادًا، فما هو؟ قد يكون تعاستنا دليلًا مرحبًا به لنفس السبب. يُخبرنا أن شيئًا ما بحاجة إلى تغيير، وأن اتجاهًا جديدًا يجب اتباعه. يُشير المرشدون. يُشيرون إلى النور. مرة أخرى، هم لا يحلون مشاكلنا نيابةً عنا. بمعنى ما، يُمكننا اعتبار بيئتنا بأكملها دليلًا. وجودنا في هذا الوجود - من نلتقي، ماذا نفعل - له معنى. بينما نشقى طريقنا في الوجود المادي، نسأل: "لكن إلى أين أنا ذاهب؟ لماذا أذهب إلى هناك؟" يُجيب المرشدون على أسئلة كهذه. قد يُجيبون في حلم لا تتذكره حتى، لكنك تستيقظ منه بقلب أخف من الأمس. قد يُجيبون في لقاء صدفة عندما تخرج لشراء الخس. قد يُجيبون في مقال صحفي أو حوار في فيلم أو كلمات أغنية على الراديو. لا أحد يعلم من أين ستأتي هذه الرسالة، ولكن إذا كنت مُنتبهًا، فستُلاحظها. يتساءل الناس كيف يمكنهم التواصل مع مرشديهم الروحيين الشخصيين. وبينما نمضي قدمًا في الحياة، فإننا محاطون بالعديد من الأصوات التي تطالبنا بالاستماع - أصوات العائلة والأصدقاء والمعلمين والكتب والأفلام ووسائل الإعلام والصحف والدين والعلم. نحن نتعرض لهجوم من الأصوات من كل جانب. لمن نستمع؟ كيف يمكننا أن نقرر؟ كيف يمكننا العثور على مرشدينا الحقيقيين؟ الاستماع أمر بالغ الأهمية. وكذلك النظر. يزدهر المرشدون بالوعي. إذا كنت محظوظًا بوجود مرشد متواضع، فقد تضطر إلى تطوير استماعك إلى مهارة دقيقة ودقيقة. ممارسة التأمل تساعد حقًا. بينما نسكت الثرثرة الداخلية التي تدور في عقولنا، يمكننا بعد ذلك أن نتجه إلى الداخل لسماع حقائقنا الخاصة وأصوات المرشدين الذين يساعدوننا في العثور عليها. في عملي في Night Shift، أعمل كمرشد بالإضافة إلى كوني شخصًا مرشدًا. غالبًا ما أنجذب إلى الشباب عند مفترق طرق في حياتهم، والذين يحتاجون إلى دفعة في الاتجاه الصحيح. قد يفكرون في تجربة المخدرات أو الانضمام إلى عصابة. أدخل في عقولهم وأدفعهم بقوة نحو الطريق، مما يدفعهم إلى التفكير في خيارات أفضل. كما أنني أدرك وجود أشخاص على وشك التعرض لأذى جسدي. لقد نسيتُ عدد المرات التي أرشدتُ فيها شخصًا

في خطر إلى مكان آمن لم يرْه في ذعره - خزانة أو شارع جانبي كان سيمر به دون أن يدفعه أحد. يعتقد الكثيرون أن المرشدين كيانات من الجانب الآخر. ومع ذلك، من الواضح أن العديد منهم قد يكونون عمال طاقة في وردية الليل يشغلون المستوى المادي نهارًا. كأعضاء في وعي جماعي، ١٣١ ساكن هامشي في وردية الليل، نساعد بعضنا البعض طوال الوقت. نحن جميعًا مصدر طاقة، في النهاية. المرشدون الذين يرافقوننا طوال الحياة لديهم حلفاؤهم في المعلمين الذين نلتقي بهم عندما نحتاجهم. أنت تعرف المثل: عندما يكون الطالب مستعدًا، يظهر المعلم. ومثل المرشدين، يكون المعلمون معنا في هذا الجانب وفي وقت الحلم. يأتون إلى حياتنا بنفس الطريقة التي يأتي بها المرشدون. أحيانًا يمرون علينا لتقديم درس موجز؛ وفي أحيان أخرى، نذهب إلى المدرسة بهدف تعلم أشياء محددة. عندما انضممتُ إلى وردية الليل، وافقتُ على حضور عدد من الدروس. التعليم النجمي لا يختلف كثيرًا عن التعليم الأرضي. سكان الهامش - أحد الألقاب التي أُطلق عليها في زمن الأحلام - يذهبون إلى الفصول الدراسية ويجلسون أمام السبورات ويتعلمون من الخبراء. في الأيام الأولى، يضل الطلاب طريقهم أحيانًا في القاعات الأكاديمية، تمامًا كما حدث لي عندما تعثرتُ في غرفة خالية من الطلاب. كانت الغرفة مسكونة، وبينما كنتُ أنظر حولي لاحظتُ أن الأشياء تختفي ببطء من مكان ما، لتظهر في مكان آخر. بمجرد أن لفت انتباهي، بدأت الحركة تزداد ترددًا وسرعة. كان أحدهم يحاول المرور. ازداد الطلب - الحركة والشعور بالتواصل - حدة. شعرتُ بنوع من العدوانية تجاهه. كان من يحاول المرور محبطًا بشكل واضح، لكنني لم أكن على وشك التخويف! تحديت الوجود أن يظهر نفسه، حتى عندما أصبح أكثر فأكثر جنونًا. تصاعد إحباطنا المتبادل حتى أصبحت وقحًا للغاية - صرخت عليه ١٣٢ ذئب رمادي ليخرج ويخبرني بما يريد. كنت أهز قبضتي تقريبًا. فجأة ظهرت سبورة فارغة بجانب منضدة في الغرفة. ذهبت إليها، وأنا غاضب حقًا الآن، وألقيتها أرضًا، وصرخت "هذا لا يفيدني! تحدث معي!" ظهرت السبورة مرة أخرى أمامي، لا تزال فارغة. لم يكن هناك حتى أي طباشير للكتابة بها. صحت مرة أخرى، "ماذا تريد؟! هذا لا يفيدني!" أجبر الوجود يدي فجأة على النزول على قطعة رقيقة من قلم رصاص على الرف أمامي. "ما فائدة هذا؟ لن يظهر على السبورة. سينكسر!" صرخت. "اكتب لي ما تريد!" أرسلني الوجود فجأة أتعثر إلى الخلف بدفعة قوية جيدة. الكلمات "اكتب!" رن صوت من منتصف الغرفة. لبضع ثوانٍ، ساد الصمت كل شيء. أوه... حسنًا، فكرت، من الأفضل أن أهدأ. تركت الأمر، منفتحًا على أي شيء كان لدى الوجود ليقوله. على الأقل، كان هذا درسًا صغيرًا في فن السماح. شرع الوجود في قصفني بكمية زائدة من المعلومات. بدأت الهيروغليفية والرموز والصور والشروحات المحمومة تتداخل

حتى لم أستطع تمييزها في الارتباك الهائل. في شغفه، تقدم الوجود قريبًا جدًا لدرجة جعلتني أشعر بالراحة. أخبرته أن يبطئ ويتراجع لأنني لم أستطع التركيز على أي رمز لفترة كافية لفك شفرته. لم يستمع؛ استمر في الاقتراب وإظهار المزيد لي - فقاعات غشائية بها رموز ومربعات ودوائر وشخصيات بشرية من ١٣٣ في Night Shift تنزلق على سطحها. حاولت مواكبة الأمر وأنا أدون بجنون ما أستطيع. ولحسن حظي، انتهى اللقاء أخيرًا.لم أفهم المعلومات التي أطلعني عليها الحضور. باختصار، كان درسًا فاشلًا تمامًا. كان هذا المعلم متحمسًا جدًا لدرجة أنه لم يستطع إيصال أفكاره. تساءلتُ إن كان الفصل "مسكونًا" لأن الآخرين يجدون هذا المعلم صعبًا بنفس القدر. مع ذلك، تعلمتُ درسًا قيّمًا: السماح للآخرين بالتواصل بطريقتهم الخاصة وعدم الإصرار على شكل ذلك. شكّل الأنا حاجزًا بيننا. كان فصلي في الليلة التالية مختلفًا تمامًا. كانت القاعة مليئة بالطلاب، وكان المعلم مسترخيًا ومنتظمًا. شعرتُ بشباب ونضج، كمراهق. مع بدء الفصل، انقسم الطلاب إلى أزواج لاختيار العناصر التي نريد العمل عليها في مشروعنا الأول. تجول المعلم في الفصل، يراقب الطلاب ويقرأ محاضرته بصوت عالٍ. بدأتُ بكتابة ملاحظات، لكنني لاحظتُ أنني أغير بعض الحروف والكلمات أثناء الكتابة. لم أكن متأكدًا إن كان هذا مجرد نتيجة لاختلاف نظام التواصل الذي كنتُ أستخدمه، أم أن هناك خللًا في فهمي. فكرتُ أن أفضل طريقة لمعرفة ذلك هي السؤال. عندما رفعتُ يدي، بدا المعلم متلهفًا للمقاطعة. ومع ذلك، بمجرد أن قلتُ "عندما كنتَ صغيرًا، هل كنتَ تنقل؟"، تغير تعبيره إلى تعبيرٍ متعاطفٍ ومتفهم. اقترب مني وقال: "لا تقلق. ستخوض الكثير من العمل الجاد والتكيف على مدار العام والنصف القادمين، ولكنك ستكون بخير حينها." جلستُ لأستمع وأتعلم. وبحلول الوقت الذي انتهى فيه الفصل، كانت السبورة مليئة بالأرقام والمعادلات والصيغ والكتابات. ومع خلوّ الفصل من الطلاب، بقيتُ لأُنهي ملاحظاتي. شعرتُ بأنني أكبر سنًا حينها، كما لو أن سنواتٍ قد مرت وتعلمتُ الكثير - أكثر مما يمكن لفصلٍ واحد أن ينقله. | دخل طالبٌ آسيويٌّ الفصل. درس ملاحظات المعلم على السبورة باهتمام، ثم تراجع إلى الوراء وبدأ يتحرك بطريقةٍ تشبه الرقص، متعمدًا، ومتكررًا، تُذكرنا بالتاي تشي. توقف بشكل دوري، ونظر إلى السبورة، ثم بدأ من جديد. رأيتُ أن حركاته تتوافق مع المعادلات، وعرفتُ أنني أشاهد شيئًا مهمًا - تفسيرًا فيزيائيًا للمفاهيم المجردة على السبورة. رأيتُ المعلم يتجول في الردهة، فأشرتُ إليه بهدوء أن يعود إلى الغرفة ويشاهد معي. كان مفتونًا. وبينما كنا نشاهد، شرحتُ نظريتي عما نشهده معًا: بدا لي أن فكرة تشي - الطاقة - مرتبطة بالعالم المادي ليس فقط من خلال الرياضيات على السبورة، ولكن أيضًا من خلال الحركات المقابلة التي تعكس تلك الطاقة وتنشطها. لم تكن المعادلات والحركات مرتبطة فقط بالأجسام المادية للأفراد، ولكن

أيضًا بالعالم ككل - بالأرض وقوى الطاقة التي تتحرك من خلالها. شعرتُ أن هذه الطاقة تتعلق بجميع الكائنات الحية، بكل الوجود المادي، حتى الذرات والجزيئات التي تشكل الكون كما نعرفه. لقد حضرتُ العديد من دروس علم النجوم، حيث شرح المعلمون كيفية عمل الطاقة بمصطلحات رياضية مجردة - من الخصائص الطبية للنباتات إلى الأشكال البلورية للمعادن. للأسف، لا أحتفظ عادةً بذكرى هذه المعادلات والصيغ عندما أستيقظ! مع ذلك، أثق بأنني تعلمتُ ما أحتاج معرفته لعملي في وردية الليل. أستخدم المعلومات التي استقيتها في مدرسة علم النجوم في الأبعاد التي أستقبلها منها - المساحات على الجانب الآخر من اليقظة. خلال مسار تعليمي الأثيري، تعلمتُ تطبيق القوى المغناطيسية المستخدمة للدفع في الطيران النجمي والتحكم بها. أتذكر درسًا مبكرًا وقفتُ فيه خارجًا بجانب بحيرة. وبينما كنتُ أنظر إلى الماء، شعرتُ بدفعة قوية لأطفو فوق سطح البحيرة. فعلتُ ما طُلب مني، لكنني كنتُ غارقًا جدًا في التجربة الجديدة لدرجة أنني واجهتُ صعوبة في التركيز. كنتُ أتعثر، وأغوص في الماء من حين لآخر لأنني لم أحافظ على سرعتي وارتفاعي. كان من الواضح أن المزيد من التدريب ضروري. كان أساتذتي لطفاء بما يكفي لتحويل الماء إلى طبقة من الجليد - شكل صلب يمكنني البدء به - مثل عجلات التدريب. في فصل آخر، طُلب مني رسم مدرج أسود وجعل كوب من الماء يحوم فوقه وحول الغرفة دون أن ينسكب. كان الغرض من هذه الفصول وغيرها هو الحصول على التركيز اللازم للتلاعب بالطاقة. ١٣٦ الذئب الرمادي لقد حضرت أيضًا معسكرًا في عطلة نهاية الأسبوع لتعلم المزيد عن البلورات والعرافة والبندولات، وأخذت دروسًا في علم الفلك والنظام الشمسي وكواكبه والكون والكون. لكن بعضًا من أكثر الفصول تسلية ومتعة كانت جلسات "كرة الطاقة". إنها أشبه بوقت اللعب - يصنع الطلاب كرات من الطاقة بين راحة أيديهم ويقصفون بعضهم البعض في لعبة كرة طلاء ضخمة أثيرية. يؤدي الطلاب اختبارات في المدرسة النجمية، تمامًا كما يفعلون هنا. أقيم اختبار لا يُنسى بشكل خاص في حديقة ذات مناظر طبيعية بمساحات شاسعة من العشب وتحدها الأشجار. تحيط المروج ببحيرة مستطيلة ضخمة. على أحد أطراف البركة الهندسية، برز "مبنى المعرفة" البسيط، الشبيه بالصندوق، فوق سطح الماء. لم يكن متصلاً بالأرض إلا من ظهره. أحاطت به المياه من الجوانب الثلاثة الأخرى، ولم يكن للمبنى نوافذ. ولم تكن هناك أبواب، باستثناء الأبواب الخشبية الكبيرة في واجهة المبنى، والتي استطعت رؤيتها في الجدار العريض المنبثق من وسط البحيرة. أحاطت أربعة أعمدة بالأبواب، عمودان على كل جانب. كان التحدي هو دخول الباب. للوصول إليه، كان عليّ السير على الماء. بدأت الدروس، وشققت طريقي عبر الماء وعبرت الأبواب إلى القاعات المليئة بالكتب داخل المبنى. تخرجت أخيرًا - من تلك الفصول على الأقل.

هناك دائمًا المزيد. التخرج من المدرسة النجمية يُخول الطالب السابق التدريس، ومنذ ذلك الحين وأنا أدرس في مدرسة النجوم (١٣٧) في نوبة الليل، أُدرّب العاملين الآخرين في مجال الطاقة على فنون المغناطيسية والطاقة والتواصل والطيران النجمي. في إحدى الحصص، كنتُ أُعلّم الطلاب كيفية تركيز أفكارهم لتغيير حالتهم النفسية وعلاقتهم بالعناصر الأخرى. ومرة أخرى، كان الماء جزءًا من الدرس. كان الطلاب يتعلمون الحركة على سطح الماء من خلال التفكير في الطبقة العليا منه كطبقة "متقبلة" ذات مرونة تشبه المطاط. فهموا من هذا الدرس كيف يمكن التلاعب بالعناصر بطاقة الفكر. حلمتُ أنني أُدرّس في قاعة فسيحة وجميلة. كان هذا أول اجتماع لنا في الصف، وكنتُ أضع القواعد الأساسية - أساس الثقة والصدق. أردتُ أن يفهم طلابي أننا جميعًا سنتعلم من بعضنا البعض. لن يتعلموا مني فحسب، بل سيُدرّسون الفصل أيضًا. كان من المفترض أن يكون صفي منتدى للتبادل دون تسلسل هرمي للسلطة بين المعلم والطالب. كنا جميعًا متساوين. كنتُ أمشي بين صفوف الطلاب وأنا أشرح هذا. في كل مرة أستدير فيها، أرى أن عدد الطلاب قد قفز بشكل كبير. في البداية كان هناك حوالي عشرين. عند أول استدارة، رأيت أنهم أصبحوا الآن أربعين. عندما استدرت مرة أخرى رأيت مائتين، ثم ألفين. يا إلهي! فصل شعبي. من كان يعلم؟ عندما انتهى الفصل، كنت داخل غرفة على طراز الكافيتريا مع بعض الطلاب. لقد قمنا ببعض أعمال الطاقة أثناء الفصل، وكانت قدماي تؤلمني بعض الشيء- ١٣٨ شيء الذئب الرمادي الشرس. ساعدني الطلاب في خلع حذائي، وبينما كنت أزيل أحد الجوارب، تمكنت من رؤية علامات الحروق حيث تدفقت الطاقة عبر باطن قدمي. تم عكس أدوارنا - أصبح الطلاب الآن مدرسين - حيث أظهروا لي كيفية علاج الحروق. كنت أكثر من سعيد للحصول على ما يعادل تدليك القدم النجمي! إذا حدث وحرقت قدميك بالطاقة، فسأعرف ما يجب فعله. إن مرشديني ومعلمي الجميلين والخيرين هم نعمة. لقد شرفت برؤيتهم وسماعهم - أن أعرفهم بالطريقة التي أعرفهم بها - ككائنات تظهر في أشكال بشرية أعرفها وأفهمها. بقدر ما أنا سعيد لجميع أولئك الذين يظهرون في شكل بشري، أعلم أنهم ليسوا الوحيدين الذين يرشدوننا. لدينا الكثير من المساعدة، وهي موجودة في كل مكان حولنا. لجميع المرشدين ذوي الفراء والريش والزعانف الذين يزحفون أو ينزلقون أو يقفزون أو يطيرون أو يسبحون في حياتنا، أهدي الفصل التالي، "دواء الضفادع".

الفصل السابع مدخل مجلة دواء الضفادع

الجمعة، ٢٤ سبتمبر ٢٠٠٤ كل ما أراه أمامي هو الظلام. تبدأ صورة في التشكل، وأنا مغمور بتيار من المعلومات. لا يمكن لعقلي مواكبة ذلك، لكنني أعلم أن وعيي الأكبر يمتص ويفهم كل شيء. تبدأ الصورة كمربع من عقيق الطحلب الأخضر، حجر الشفاء والتوازن. تنبعث خطوط خضراء متقطعة من كل زاوية، وتشكل صليبًا داخل دائرة. تصطف الضفادع على أذرع الصليب، وتخرج متعرجات من أقدامها. تهتز الضفادع والخطوط المتعرجة بسرعة لا تُصدق، كتلك التي يبديها ساكن الهامش في نوبة الليل، لدرجة أنها تتوهج بلون أخضر فسفوري، متلألئة في الظلام. أتلقى الرسالة البسيطة: "دواء الضفادع". تبدو فكرة دواء الضفادع كشيء مُستعاد، استرجاع لشيء مضى منذ زمن بعيد. منذ بداية وجودنا على الأرض، تمتع البشر بعلاقة عميقة مع العالم الطبيعي والحيوانات التي تسكنه. نحن متشابكون بيئيًا ونفسيًا. في العديد من الثقافات، غني عن القول أن لدينا الكثير لنتعلمه من الحيوانات. علاوة على ذلك، تخبرنا التقاليد الشامانية أن لدينا حيوانات قوة تجلب لنا نقاط قوة ودروسًا خاصة تشكل جزءًا من جوهرنا. حيوانات قوتنا هي التي تندمج معنا، وتصبح جزءًا من كياننا، وتغرس فينا صفاتها. يجد الناس حيوانات قوتهم أثناء البحث عن الرؤية، أو في التأمل، أو في الأحلام. عندما نبحث عن طواطم الحيوانات، فإننا نبحث عن جزء من أنفسنا يتدفق إلى العالم الطبيعي دون سؤال أو شك - الجزء الموجود فقط. لذا عندما نجد طوطمنا الحيواني، نجد جزءًا من أنفسنا كاملًا وكاملًا وجوهريًا وغير قابل للانتهاك. إن تجربة السماح لحيوان ما بالوصول إلى الوعي كجزء أساسي من كونه إنسانًا هي تجربة عميقة، إنها تغير علاقتنا بمملكة الحيوان، وبالعالم الطبيعي، وبذواتنا الطبيعية. تلعب الحيوانات القوية دورًا فعالاً في الكشف عن مصيرنا ومساعدتنا على طول الطريق الذي هو هدفنا الحقيقي في الحياة. لا يمكننا اختيار حيواناتنا القوية؛ يجب أن ننتظر حتى تأتي إلينا. قد تكون الحيوانات التي تظهر مفاجئة. اكتشفت هذا في وقت مبكر من جلساتي مع كارولين، عندما كنت لا أزال أعتاد على طبيعة تجربة الشفاء. كل جلسة، على الرغم من أنها اتبعت مخططًا عامًا، كان لها منظور جديد أو نهج مختلف قليلاً. لقد أتيت إلى مكتب كارولين بعد غياب أسبوع. في أسبوع إجازتي، مررت بالكثير مما شعرت أنه بحاجة إلى العمل، لذلك كنت أقوم بتدوين ملاحظات ذهنية ومكتوبة طوال الأسبوع. أتوقع تمامًا أن أراجع قائمة مخاوفي بطريقة لطيفة ومنظمة، | صعدت إلى طاولة التدليك الخاصة بكارولين. بدأت الجلسة كالمعتاد. هدأنا أنفسنا. أعدت كارولين نفسها للشفاء وركزت على إبطاء تنفسي والاسترخاء وتهدئة ثرثرة عقلي. عندما كنا مستعدين، سألتني كارولين، "أين في جسمك تشعر بعدم الراحة؟" عملت على هذا

النحو - بدون أسئلة موجهة. كانت تسألني دائمًا عن شعوري دون وضع أفكار في رأسي. عندما ظهر شيء ما - صورة أو لون أو إحساس - عندها فقط كانت تدفعني برفق إلى المسار الذي اقترحته الصورة أو الإحساس. من هناك، كنا نعمل على ذلك. كانت هذه المرة مختلفة. بمجرد أن سألت السؤال، بام! ظهر شيء جديد تمامًا في وعيي، ١٤٣ يكتسب زخمًا حتى أصبح العجلة الصارخة التي لا يمكنني تجاهلها. انطلقنا، في اتجاه مختلف تمامًا عن الاتجاه الذي توقعته. كتبتُ لنفسي ملاحظة: "توقف عن التحضير، أو التوقع، أو التوقع، أو الافتراض، واسمح لنفسك فقط. استمع إلى جسدك. سيتحدث إليك بالطريقة التي يراها الأنسب. سيحدد أولوياته بطريقة تتجاوز المنطق، لذا اربط حزام الأمان، وشغّل سيارتك على وضع القيادة الآلية، ودعه يُرشدك إلى أين يجب أن تذهب". كان أسفل ظهري وأوسطه يتحدثان بوضوح تام. لم يكن ألم الظهر على قائمة نقاط نقاشي. فرغم أنني كنت رياضيًا جدًا في نشأتي، إلا أن التيبس المزمن والألم المستمر ظلا يُلازمانني لأشهر عديدة. تجاهلتُ الأمر باعتباره تطورًا طبيعيًا مع التقدم في السن، أو نتيجة أيام عمل طويلة. بمعنى آخر، بذلتُ قصارى جهدي لتجاهله. والآن أوشك ذلك على الانتهاء. انطلقتُ، أعمق فأعمق في المشاعر والصور والألوان والأحاسيس في تلك المنطقة من جسدي. وبينما سمحتُ للمشاعر بالظهور، أصبحتُ شديد الوعي بالألم الحاد الذي حاولتُ جاهدًا تجاهله. ظللت أتنفس، محاولًا التغلب عليه، لكن الألم لم يختف - بل ازداد. رأيت ألوانًا باهتة وكئيبة مرسومة على أسطح غير مرنة. انحسر العالم إلى كرة ضيقة من اللحم المعقود حتى بدا أنه لا يوجد شيء سوى الألم. لم أكن متأكدًا مما إذا كنت أستطيع تحمل لحظة أخرى منه - ثم حدث شيء لا يصدق. ١٤٤ دواء الضفدع أدركت أن سحلية عملاقة كانت تحوم على ارتفاع قدم واحد فوقي مباشرة، وكان جسمها موازيًا لجسمي. وفجأة، نسيت الألم. بالكاد كان لدي وقت كافٍ للتفكير عندما - ووووهووووش - سقطت السحلية في جسدي. شعرت بها تدمج جسدها بجسدي، وتتحرك عبر صدري إلى ظهري. في تلك اللحظة لم يكن الأمر كما لو أن السحلية أصبحت أنا، بل أصبحت أنا السحلية. كان بإمكاني أن أشعر بجسدي يتكيف مع شكله المنحني والمرن؛ أصبح عمودي الفقري متعرجًا ورشيقًا. شعرت كما لو أن | لقد استوعبت جوهر وروح وطبيعة السحلية - لدرجة أنني أصبحت واحدًا معها. منذ ذلك الحين، كان شعور "السحلية" معي دائمًا. إنه كما لو أنني اكتسبت جزءًا جديدًا من نفسي. لقد ظل احترامي العميق لهذا المخلوق - ما يمثله وما جلبه لي - معي. في ذهني، هذا يعني أنني أمتلك مرونة في كل من الجسد والروح. عندما انتهت التجربة وأعادتني كارولين إلى عالم اليقظة، أذهلتني مدى شعوري بالاختلاف. لأول مرة منذ سنوات، لم أشعر بأي ألم. لقد فهمت بالفعل ما يعنيه أن تكون مرنًا وأن تستمتع بحرية الحركة. كما هو الحال مع الكثير من الجلسات، اتخذ

الوقت أبعادًا جديدة. ما بدا وكأنه خمس دقائق استمر لأكثر من ساعة. لقد سافرت عبر كتلة صلبة ومتيبسة وخرجت من الجانب الآخر متحررًا من ثقل خانق. يقال أنه إذا ظهرت سحلية في التأمل أو تم الكشف عنها على أنها حيوان الطوطم الخاص بك، يجب أن تثق في حدسك ١٤٥ وتنتبه لأحلامك. بمجرد أن نزلت قوة السحلية إليّ، اختفى انعدام الثقة بالنفس الذي كنت أضمره في جسدي بسبب آلام الظهر. لقد ذاب تصلب محاولة ربط نفسي بقواعد الآخرين، بدلاً من الثقة بمعرفتي الداخلية، ببساطة. بعد بضعة أشهر من تجربة السحلية، كنت أنا وكارولين نعمل على موقفي في قوتي الخاصة. كان الهدف هو الوصول إلى مكان لا أحتاج فيه إلى موافقة أو حب أو امتنان أي شخص - كل هذا سيأتي مني. كنت أتعلم قبول سلوكيات الآخرين على أنها سلوكهم، وليست سلوكي - تعلمت ألا أأخذ أفعال الآخرين وكلماتهم على محمل شخصي. كنت على طاولة التدليك، أتأريض وأركز نفسي. بينما كنت أذهب أعمق وأعمق في حالة التأمل، كشف لي مخلوق عجيب عن نفسه. رأيتُ تنينًا ضخمًا، جلده الأحمر الداكن الغنيّ، كجلدٍ قديمٍ بالٍ. استطعتُ تمييز قوتها، لكنني لم أكن خائفًا منها إطلاقًا. لم أشعر إلا بالرهبة والاحترام. لم تكن تُشكّل تهديدًا؛ كانت رابضةً في سكونٍ مريحٍ هادئ، مجرد كائن. كان جلدها سميكًا لدرجة أنه بدا وكأن أي سلاحٍ لا يستطيع اختراق جلدها، ومع ذلك، كانت بطنها أيضًا هشةً، حيث كان الجلد أنعم وأكثر رقةً وقابليةً للاختراق. مع أنه كان من الواضح أنها قادرةٌ تمامًا على إطلاق سيلٍ من النار من أنفاسها، كنتُ أعلم أنها لن تفعل ذلك إلا إذا احتاجت إلى ذلك.تمامًا كما يعرف الأشخاص الذين يتقنون فنون الدفاع عن النفس أن الغرض من الممارسة ليس التباهي أو أن يصبحوا متنمرين، فإن المتمكنين حقًا يعرفون أنه إذا احتاجوا إلى استدعاء مهارات دفاعية، فيمكنهم ذلك. رأت كارولين وجود التنين كفرصة للتعلم. لقد أخذتني خلال عملية أن أصبح تنينًا، وعلمتني أن أفهم المعنى الحقيقي لمفهوم أن الوقوف في قوتك الخاصة لا يعني أنك بحاجة إلى موقف عدواني في وجهك. هذا يعني السماح لجوهر ذاتك الحقيقية بالظهور. قالت: "بمجرد أن تفهم نفسك على مستوى عميق جدًا، سيفهمك الجميع ولن تضطر إلى قول كلمة واحدة!" هذا أحد دروس التنين. أخبرتني كارولين أيضًا أن أصبح التنين عندما سمعت ناقدي الداخلي يبدأ في مضايقتي. من خلال مطالبة عقلي الباطن بمزج وتنسيق نظام الدعم الداخلي الخاص بي، سأكون قادرًا على إسكات صوت ناقدي الداخلي بلطف ولكن بحزم. بمجرد أن تكتسب تجربة استيعاب جوهر وطاقة الطوطم، فإنه سيبقى معك إلى الأبد. إنه جزء منك وسيمنحك حكمته. لا يمتزج مرشدو الحيوانات معك بنفس الطريقة التي تمتزج بها الحيوانات القوية. إنهم يساعدونك ويحمونك في رحلتك عبر الحياة. يمكننا أحيانًا التعرف على مرشدي الحيوانات عندما يحدث حادث غريب أو جدير بالملاحظة بشكل خاص يتعلق

بحيوان في الحياة اليومية - وهو أمر يجعلنا نجلس ونتنبه. كنت ذات مرة في نزهة على الأقدام لمسافة ٢٢ ميلاً مع والدي عبر حديقة ألجونكوين - وهي مساحة شاسعة تبلغ مساحتها ٢٩٤٦ ميلًا مربعًا من غابات وبحيرات وأنهار وحياة برية بالطبع. كنا نسير على طول الطريق عندما أخرج موس رأسه من الشجيرات. الآن، الموظ حيوانات كبيرة - كبيرة جدًا. لا تريد العبث معهم. لذلك كان هناك ما اعتقدت أنه موس كبير جدًا في طريقي، عندما أخرجت أم الموظ رأسها من الأشجار من خلفه مباشرة. لم يكن الوضع يبدو جيدًا! ثم ظهر أبو الموظ. كان يحمل قرونًا عريضة تغطي طريقًا سريعًا ذا مسارين - أو على الأقل بدا لي الأمر كذلك. وقفتُ أنا ووالدي هناك، نتساءل عما يجب فعله. لم يكن هذا ما أفكر فيه في تلك اللحظة، ولكن ببطء شديد ناولني والدي كاميرته. قال: "تفضل، ليس لدي نظارتي. التقط الصورة أنت". حسنًا، التقطتها، لكن هذا لم يحل المشكلة. لم تكن عائلة الموظ في عجلة من أمرها للتحرك، لذلك فعلت الشيء الوحيد الذي خطر ببالي: مشيتُ نحوهم، وأنا أصفق بيدي وأطلب منهم التحرك. أخيرًا تحركوا، ولكن بحلول ذلك الوقت كان الوقت قد تأخر. حديقة ألغونكوين، كما قلت، ضخمة. اتضح أن الخريطة التي كانت معنا كانت خاطئة، وأننا لم نكن حيث كان ينبغي أن نكون. كنا نتباطأ بينما كان ينبغي أن نسرع في رحلتنا النهارية التي يبلغ طولها ٢٢ ميلًا، وبدأت ركبة والدي تؤلمنا. كان الوقت يقترب من وقت متأخر من بعد الظهر. أدركنا أننا فقدنا الطريق، ولم نكن مستعدين للمبيت (وهذا أمر مثير للسخرية بالنسبة لي، قائد الكشافة السابق الذي كان ينبغي أن يكون أكثر وعيًا). بدأت أشعر بالقلق. في تلك اللحظة، ظهر ثعلب على بعد ٢٠ قدمًا أمامنا، وجلس، ونظر إلينا. بدا وكأنه يحاول إخبارنا بشيء ما، لذلك قررنا أن نفهم التلميح. اتجهنا نحوه. انطلق الثعلب، ولكن قبل أن يختفي عن الأنظار، جلس ونظر إلينا مرة أخرى. تبعناه، وظل يركض أمامنا وينتظرنا حتى وصلنا إلى الطريق. ثم اختفى. ماذا يمكنني أن أقول؟ شكرًا لك يا فوكس لكونك مرشدًا بهذه الطريقة الحرفية. لم أرَ فوكس مرة أخرى. لقد ظهر لنا في مناسبة معينة، كما يفعل بعض مرشدي الحيوانات. يأتي مرشدو الحيوانات الآخرون مرارًا وتكرارًا. لقد أصبحوا أصدقاء مألوفين. لقد قابلت الضفادع التي ظهرت في حلمي عن دواء الضفادع عدة مرات. | فسر الحلم على أنه صورة لطاقة الضفدع (التي يرمز لها بـ "التعرجات")، وهي مقدمة، إذا جاز التعبير، لقوى الدليل الذي ظهر في حياتي مرات عديدة منذ ذلك الحين. كانت رسالة الضفدع، ولا تزال، رسالة التحول. ما هو التحول؟ يبدو وكأنه سؤال بسيط بإجابة بسيطة: إنه التغير من شكل إلى آخر. طوال حياتنا، نختبر التحول باستمرار. لا توجد ساعة مثل التي قبلها؛ ولا يوجد يوم يشبه الآخر. عندما نكتشف حداثة كل لحظة، ينفتح أمامنا عالم الاحتمالات. في بعض الأحيان ننسى أن نلاحظ حداثة كل لحظة أو كل يوم. التغيير

بطيء للغاية لدرجة أننا ننسى أنه يحدث. نصبح منغمسين جدًا في عادة طقوسنا - متى نستيقظ، ومتى ننام؛ ماذا نأكل، ومتى؛ كيف نختار ملابسنا ونخطط ليومنا - لدرجة أننا لا نرى سوى التشابه، وليس التغيير. ١٤٩ ساكن هامشي في نوبة الليل ولكن في بعض الأحيان يكون التحول دراماتيكيًا. ربما نفقد شخصًا عزيزًا - صديقًا أو زوجًا أو ابنًا أو أحد الوالدين - ونعلم أن كل شيء قد تغير الآن. لقد حدث تحول. أحيانًا يقول الناس إن أعينهم قد انفتحت ونعلم أن هذا يعني أنهم قد حصلوا على وحي - صحوة مفاجئة أو بصيرة. ربما كانت لديهم فكرة ملهمة أو حلم - هبة فهم تبدو وكأنها تسقط من السماء. في لحظة، لم يعد عالمهم كما كان من قبل. تحول الروح هو إعادة تشكيل للفهم. التغيير أمر لا مفر منه، وهو جانب من جوانب التجسد. كل ما يعيش يتغير. قد يكون تغييرًا بطيئًا وتدريجيًا، أو قد يكون سريعًا مثل السهم الذي ينطلق من القوس المشدود ويصيب هدفه. في كلتا الحالتين، يحدث. كان الضفدع رمزًا للتحول في معظم الثقافات لأنه يغير شكله خلال حياته - من شرغوف يسكن الماء إلى ضفدع يقفز على الأرض. يقال، لذلك، أن الضفدع موجود في عالمين. يخبرنا الشامان أن قفزة الضفدع تشبه القفز من عالم روحي إلى آخر. طاقة الضفادع قوية. الضفادع حساسة للغاية للتغيرات في البيئة، لذا فهي تخبرنا متى تكون الأمور غير متوازنة، ومتى يجب أن يحدث تحول الشفاء. بعد عامين من تعرّفي على طب الضفادع في أحلامي، عاد الضفدع إلى حياتي مرة أخرى. أصبحت مهتمة بورشة عمل رحلة الطبول التي قدمها كريس بوليين، وهو أستاذ ريكي وشامان ومتزلج عالمي المستوى درس المفاهيم الميتافيزيقية وطب الضفادع والتأمل لأكثر من عشرين عامًا. متجذرة بعمق في تجارب الحيوانات الطوطمية، تتعامل كريس مع رحلة الطبول الموجهة على أنها بحث عن رؤية أو اكتشاف، ولا يمكنني الجدال في ذلك. كانت لدي رؤى واكتشافات وفيرة أثناء خلوة في مركز صن رافين للعافية الخاص بها خلال صيف عام ٢٠٠٥. اجتمعت مجموعة من النساء في جزيرة بيندر في كولومبيا البريطانية للمشاركة في الخلوة التي استمرت لمدة عطلة نهاية الأسبوع. بدأت كريس بتحديد المراحل الثلاث للرحلة. في المرحلة الأولى، سنزور العالم السفلي. هنا، قد نلتقي بحيواناتنا الطوطمية، أو جنيات الأرض، أو حراس الأرض. المرحلة التالية كانت العالم الأوسط، عالم مرشدينا وأسلافنا. المرحلة الأخيرة كانت العالم العلوي (أمة النجوم، أو ذواتنا العليا)، حيث قد نلتقي بالملائكة والأسياد الصاعدين. بدأنا بزيارة مكان مقدس، مقبرة للسكان الأصليين تقع بالقرب من مركز كريس الصحي. أخبرتنا أن نبحث عن نقطة دخولنا الشخصية إلى العالم السفلي. قد تكون هذه عقدة في شجرة، أو تشابك جذور، أو شق في صخرة، أو منخفض في الأرض - أي مكان يتردد صداه مع فكرتنا عن مدخل الأرض. كنا نتخيل هذا المدخل ونحن نواصل رحلتنا. ثم عدنا إلى المركز لنبدأ.

ولأن هذه كانت رحلتنا الأولى، كان علينا أن نعقد العزم على مقابلة مرشدنا والسفر معه إلى أي مكان يقودنا إليه. أوضحت أن المرشد يمكن أن يكون مخلوقًا من أي نوع. جعلتنا كريس نستلقي بشكل مريح على الأرض، وأيدينا بجانبنا، وأعيننا مغمضة. بدأت تضرب بشكل إيقاعي ١٥١ على الطبل بينما كنا نبطئ تنفسنا ونركز ونسترخي. بدأت رحلتي الشامانية عندما رأيت نقطة دخولي. اقتربت من الحفرة الصغيرة التي رأيتها في صخرة في أرض الدفن و- ووووهووووش- دخلت إلى حفرة سوداء. كنت معلقًا في ظلام دامس. شعرت وكأنني أقف، ولكن كان من الصعب معرفة ذلك. لم أستطع التمييز بين الجدران والأرضية؛ كان كل شيء متشابهًا في السواد. انتظرت بصبر حتى رأيت شخصية تظهر ليست بعيدة عني. تخيل ضفدعًا طويلًا ونحيفًا ونحيلًا يمشي على رجليه الخلفيتين مثل الإنسان - ولكن بطريقة مطاطية ومرنة وسلسة للغاية. إنه أخضر ويرتدي بدلة سهرة سوداء ذات ذيول. لديه ابتسامة عريضة تنتشر على وجهه. ابتسمت أيضًا - كنت أحب هذا! كان لدي دليل جديد غريب من العالم السفلي يرتدي ملابس مناسبة لهذه المناسبة. لم تُتح لي فرصة للحديث. سمعتُ دقات الطبول الأربعة معلنةً عن موعد العودة والاستعداد للمرحلة التالية. دوّننا جميعًا ما مررنا به واستلقينا مجددًا للمرحلة التالية - العالم الأوسط، حيث قد نلتقي بأرواح ومرشدين قادرين على مساعدتنا في حياتنا اليومية. كنتُ أنتظر في الظلام، لا أعرف ما أتوقعه. لم يكن أمامي بعيدًا، فرأيتُ ضفدع شجر صغيرًا يقفز ببطء من الظلام ويحط عند قدميّ. نظرتُ حولي فرأيتُ ضفادع شجر ملونة أخرى تخرج من الظلام من جميع الجهات. عندما وصلت إلى قدميّ، بدأت تتسلق ساقيّ - عشرات منها - حتى غطّت جسدي بالكامل. كان شعورًا لا يُصدق! انبعثت منها طاقةٌ قوية تركت وخزًا خفيفًا على جسدي أينما تلامست. وجدتُ نفسي أستدير في وضع أفقي، معلقًا بسحر في الظلام بينما استمرت هذه المخلوقات الرائعة في صخبها عليّ. ثم شعرتُ بشفاءٍ يغمرني - شعورٌ رائعٌ مُنقّيٌّ مُنعش. كنتُ أتلذذُ بهذا الشعور عندما سمعتُ الطبل يُنادينا للعودة. سنذهبُ إلى العالم العلويّ بعد ذلك. كان لديّ سؤالٌ لأيٍّ من الأرواح التي قد أقابلها هناك. كنتُ أفكّرُ في "الأرض الوسطى"، الاسم الذي أطلقناه أنا ونيكي على ملاذ الفنانين والكتاب الذي أردنا تأسيسه. كان سؤالي: "أين نبني أرضنا الوسطى؟" انتظرتُ بصبر، مُتيحًا لنفسي الانجراف مع إيقاع الطبل بينما انكشف مشهدٌ أمامي. انكشفت "الأرض الوسطى" من الظلام. رأيتُ هيكلًا طينيًا جميلًا يقف في مرجٍ بديع حيث أشرقت الشمس ساطعةً. ثم وجدتُ نفسي داخل المنزل، والبابان الأماميّ والخلفي مفتوحان. وبينما كنتُ واقفًا هناك، قفز ضفدعٌ وحيدٌ من الباب الأماميّ وقفز بحركةٍ بطيئةٍ رشيقةٍ من الأرضية إلى منضدة المطبخ إلى طاولة غرفة المعيشة، ثمّ تجاوزني وخرج من الباب الخلفيّ. لم يكد يختفي حتى دخل ضفدع آخر من الباب الأمامي

وكرر الرحلة البطيئة إلى الخلف. وتبعه آخر بسرعة، ثم آخر، حتى تدفقت الضفادع الناعقة والمغردة عبر المدخل، تقفز فوق وتحت بعضها البعض في هجرة صاخبة. ١٥٣ ساكن هامشي في نوبة الليل "مهلاً!" قاطعته، أفكر في رد فعل نيكي على كل هذه المخلوقات ذات الأصابع الماصة التي تصرخ فوق أوانيها النحاسية وأدوات المائدة. أعتقد أن مغنية الديفا المنزلية بداخلي قد بدأت. كان الرد من الظلال واضحًا. "ستكون الأرض الوسطى مكانًا للشفاء". يجب أن أعترف أنني شعرت بالفزع من هذا الاقتراح بتغيير في خططي. "لا!" قلت، "الأرض الوسطى هي المكان الذي سيكون فيه مرسمي الفني. سأمارس فني هنا". قال الصوت مرة أخرى، "ستكون الأرض الوسطى مكانًا للشفاء". جادلت لفترة من الوقت، لكن الإجابة التي تلقيتها كانت نفس الرد الهادئ الذي لا يتغير. "يا إلهي، يا إلهي،" قلتُ، "لكنني ما زلتُ أرغب في أن يكون استوديو هنا." لم يكن هناك جدال. "ستكون الأرض الوسطى مكانًا للشفاء!" أصرّ الصوت للمرة الأخيرة. "حسنًا، حسنًا. فهمتُ!" قلتُ أخيرًا. أحيانًا لا مجال للجدال مع المرشدين، مهما رغبتُ في أن تسير الأمور على طريقتي. انتهت رحلة الطبول، وكانت مليئة بالمفاجآت. لم يقتصر الأمر على تقديم ضفدعٍ ساحرٍ لنفسه، بل منح المرشدون أيضًا هدفًا جديدًا للأرض الوسطى. تواصلتُ مع الضفدع عدة مرات منذ ذلك الحين، وتعرّفتُ عليه أكثر. إنه منجذبٌ للطبل. يظهر في رحلات الطبول كما لو كان قادمًا إلى حفلة، مرتديًا ملابس رسمية. في رحلة طبول أحدث، أضاف دبابيس شعر إلى ملابسه الأنيقة. أتوقع أن يرتدي قبعةً عاليةً في المرة القادمة، أو ربما عباءةً أنيقةً يرميها على كتفه وهو يشير إلى الطريق بعصاٍ فضية المقبض. إنه رجل نبيل للغاية. ١٥٤ دواء الضفادع إنه يستمتع بشكل خاص بالتواصل معي من خلال التزامن، وأظن أنه لأنه طريقة مرحة للتواصل. ظهر الضفدع مرة أخرى في جلسة تأمل طبول لاحقة عندما أخبرني مرشد "بالذهاب إلى جزر الملكة شارلوت لسماع غناء الضفادع". لم أسرع إلى الجزر؛ أعني، لقد كانت مسافة طويلة جدًا لأسمع غناء الضفادع! لكنني لاحظت الرسالة. ها هي الضفادع مرة أخرى، تقفز إلى وعيي، والآن أضاف المرشدون اسم مكان إلى المزيج. بعد بضعة أسابيع، ذهبت إلى معرض فني مع صديق لرؤية معرض فني للهايدا. كنت آمل في الحصول على أدلة وإجابات على اتصال الضفادع بالكامل. قابلت نحاتًا مشهورًا لأعمدة الطوطم، الذي شرع في إخباري عن الضفادع على جزر الملكة شارلوت. قال إن صبيًا أحضرها في الأصل وأن أعدادها قد نمت إلى أبعاد هائلة. وصف الوقت الذي كان يقود فيه عبر الجزر قبل عقود وسمع هديرًا يصم الآذان. خرج من سيارته الجيب ليرى سطح الأرض بأكمله يهتز بحركة الضفادع. كانت تلك صورة رائعة، وبطبيعة الحال علقت في ذهني. قال إن الضفادع اختفت تقريبًا منذ ذلك الحين، لكنها الآن تعود. بعد ذلك بوقت قصير،

ذهبت أنا ونيكي إلى عرض فيلم السر في كنيسة روحانية مع صديق. كنا قد استقرنا بهدوء على إحدى الطاولات عندما انحنت امرأة على طاولة أخرى وقالت بحذر، "أنا عادة لا أفعل هذا. أنا وسيطة. لم أعد أمارس المهنة ١٥٥ ، لكن مرشديني أرشدوني لإخبارك أنه من المفترض أن تذهب لزيارة Queen Charlottes. Masset، على وجه التحديد." يا إلهي. يبدو أن هناك الكثير من المرشدين المشاركين في هذا، ولم يكونوا جميعًا مرشديني. جاءت تلميحتنا التالية في القبة السماوية، حيث عُلق بجانب المعرض ملصق ضخم لمسابقة للفوز برحلة إلى جزر كوين شارلوت. لم أفز أنا ونيكي، لكن الملصق كان بمثابة نقرة متزامنة أخرى على الكتف. لم يكن هناك مجال لتجاهل الرسالة بالتأكيد. كان المرشدون سيستمرون في نثر فتات الخبز حتى نذهب. بدأنا في التخطيط لرحلتنا. اتصلت نيكي بمعارف من السكان الأصليين من العمل وسألته عما إذا كان يعرف أي شخص في جزر كوين شارلوت، فأجابها، وتابع قائلاً إنه من هايدا وأن عائلته تعيش هناك. كان لديه أصدقاء من كبار السن ويعيشون في المحمية، حيث يديرون فندقًا للإقامة والإفطار. هل نود الإقامة معهم؟ وبالمناسبة، إنهم في ماسيه. من رتب هذه الأمور كان يسهل علينا الأمر كثيرًا. وانطلقنا أخيرًا إلى الجزر الرائعة التي تقع في المحيط الهادئ جنوب ألاسكا مباشرة. يُطلق السكان الأصليون اليوم على هذه الجزر اسم "هايدا غواي" أو أرض الشعب. وكان الاسم الأقدم "كهايدلا غواياي"، ويعني الجزر الواقعة على الحدود بين العالمين. يا له من مكان مثالي لساكن هامشي مثلي أن أذهب إليه. كانت الجزر خصبة وكثيفة مع إحساس بالأماكن القديمة. هدهدتني أغنية الضفدع حتى نمت. في بعض الأحيان يتراجع المرشدون الرئيسيون ويتركون الآخرين يغنون الأغنية، وقد حدث ذلك خلال إقامتنا على متن سفينة كوين شارلوت. | دُعيت إلى هناك للاستماع إلى غناء الضفادع، وقد فعلت ذلك، ولكن فقط كتهويدة هادئة للطبيعة تجعلك تعلم وأنت تغفو أنك بين ذراعيها. قادني الضفدع إلى هناك، لكن مرشدين آخرين غير ضفادع ظهروا ثلاث مرات خلال إقامتنا على الجزر. في المرة الأولى، كنت أنا ونيكي في نزهة عندما تلقيت رسالة لجمع صخور الشفاء ذات الطاقة العالية للأرض الوسطى.كانت الأحجار التي طُلب مني جمعها كبيرة وثقيلة، فأخذتُ بعض الوقت لأجادل مرشدي حول صعوبة حملها مسافة العودة إلى السيارة ثم العودة إلى فانكوفر. للمرشدين طريقة في نسيان قيود العالم المادي، وكان هذا المرشد أكثر حماسًا لبلورات الشفاء من ظهري أو ساقي. ظل يُلحّ، لكنني في النهاية تغلبتُ عليه عنادًا وجعلته يُريني أحجارًا أصغر تُناسب الغرض. كانت زيارتي الثانية كمرشد بينما كنتُ أنا ونيكي في ينابيع ساخنة. سمعتُ صوتًا يقول إنني "هناك من أجل الشفاء". لم أكن أُدرك أنني بحاجة إلى الشفاء، ولكن بعد خمسة أيام، ظهر دمل على صدري، كما لو أن عدوى مدفونة في أعماق

رئتـي قد طفت علـى السطح حيث يُمكـن إطلاقهـا والشـفاء منهـا. كـان آخـر ظهـور للمرشد في محمية بيئية على الجزيرة. وبينما كنتُ أتجول فـي طريـق هـادئ مـن إبـر الصـنوبر وأوراقهـا، شـعرتُ برغبـة فـي دخـول الغابـة الكثيفـة علـى جانبيهـا. جلستُ على جذع شجرة، عازمًا على أن أعيش اللحظة بسلام. تسللت الشمس عبـر أشـعتها الرقيقـة عبـر قبـة السـماء، وهزّت الغابـة بأصـواتها الطبيعيـة الرقيقـة. فجـأة، تحـوّل إدراكي، وبدأت الأشجار المحيطة بي تومض بين شفافية وأخرى. لـم تكـن الضـفادع هـي التـي غنـت حينهـا، بـل روح الأشـجار. سـمعتُ صـوتًا يقـول "أرواح الأشـجار"، وشـعرتُ بإحسـاسٍ لا يُصـدق بوجـود الأشـجار الحـيّ والـواعي، خضـراءَ متجـذّرة، تفوح منها رائحة الطمي والتاريخ. كان صوت الأشجار جماعيًا، واعيًا، وقديمًا، كمـا بدا، كقدم الأرض نفسـها. سيشـعر النبـاتيون بخيبـة أمـل كبيـرة عنـدما يعلمـون أن كـل شيء يحمل روحًا. على الرغم من مرحه، ينقل الضفدع رسـالةً قويـةً مـن الحساسـية تجـاه البيئـة، وخاصـةً فيمـا يتعلـق بمـاء العاطفـة الرمـزي. يقـول البعض إن الضـفدع يرمز إلى قوة الدموع المُطهّرة، لذا إذا دخل حياتك، فقد تجد نفسـك عرضـة لضـعفٍ جديد. هذا جزء من رسالته. لكن الضفدع ليس مرشدًا للجميع. لدينا جميعًـا دروس محددة لنتعلمها من حيواناتنـا القويـة. هنـاك العديـد مـن أنـواع الأدلـة كمـا توجـد أنـواع الحيوانات. وهذا يشمل الحشرات! لا يوجد دليـل صـحيح أو خـاطئ يجـب أن نمتلكـه؛ لا يوجد أحد أفضل من الآخر. كل نـوع علـى الأرض لديـه حكمتـه الخاصـة ليقدمها لنا. حيواناتنا الطوطمية هي مؤشرات ليس فقط علـى قوتنـا الشخصـية، ولكـن أيضًـا على اتجاهنا في هذه الحياة. أخبرني مرشدوني أنني كنت معالجًا مـرات عديـدة، وأن طريقي لا يتعلق كثيرًا بإعادة تعلم هذه المهـارات (لأننـي امتلكتهـا منـذ الـولادة) بقـدر مـا يتعلـق بإعـادة عضـويتها - نفس الشـعور الـذي شـعرت بـه عنـدما حلمـت بـدواء الضفدع. لقد استولى الرمز المتكرر لـدواء الضـفدع علـى اتجـاه حيـاتي، ممـا أعـادني إلـى طريقـي كمعـالج. كـل حلـم، وتأمـل طبـول، وصـوت روح أسـمعه، وكـل تـزامن أشهده، يقودني إلى أبعد من ذلك نحو مصيري الحقيقي. لا شك أن الأرض الوسـطى ستصبح مكانًـا للشـفاء. لا يـزال الشكل الـذي سيتخذه هذا الشـفاء غيـر مؤكـد، لكننـي متأكد من أن المرشدين، بمن فيهم الحيوانات، سيواصلون إرشادي إلى الطريق.

الفصل الثامن المريخ مدخلك الوطني

الأربعاء، ٥ مارس ٢٠٠٣ أشـعر بنفسـي أطفـو عاليـاً فـوق كوكـب. أتـرك تيـار مـدار الكوكـب يجـذبني أقـرب إليـه فـي قـوس كاسـح حتـى أكـون قريبًـا بمـا يكفـي لرؤيـة مـا يمكنني وصـفه فقط بأنـه مدينـة رائعـة أسـفلي. أعلـم أننـي أنظـر إلـى المـريخ. تصـميم

المدينة دائري، والشوارع منحنية والمباني على شكل أسافين. بعض المباني تعلوها قباب كبيرة وعقد فضية أصغر. تنبثق جميع المباني من الفضاء المركزي، الذي أشعر أنه كان في يوم من الأيام مكان تجمع لمن عاش هناك - ولكن لا يوجد سكان مرئيون، لأن هذه المدينة كانت خالية من الكائنات الحية لسنوات لا تُحصى. ساكن هامشي في نوبة الليل أنا مليء بالإعجاب بالهندسة الوظيفية البسيطة للمدينة. يبدو كما لو أنه قد تم تصميمه بشكل مريح: أنماط الشوارع والمباني تهدف إلى تشجيع التدفق السلس للحركة. لدي شعور بأن السكان يتحركون في رقصة من الوعي ببعضهم البعض بهدوء شديد لدرجة أنهم ساروا دون تردد في هذه الشوارع. ولا تتعارض المدينة مع محيطها. إنها تتناسب مع المناظر الطبيعية ذات اللون الصدئ بسهولة ورشاقة. لا توجد جدران في المحيط. بدلاً من ذلك، تقع المدينة في حفرة تعمل كجدار احتياطي طبيعي. تنحني الأرض عند الحافة لأعلى وتتدفق إلى البيئة دون حواجز. مساحات الأرض المحيطة بالمدينة قاحلة وخالية. كل شيء ساكن تمامًا وصامت. أنا أنظر إلى مدينة أشباح، ولكن لا يوجد شعور بالهجر أو الفقد في هذا الفهم. المشاعر المتأصلة في هندسة المباني الفردية والمدينة ككل هي مشاعر الحب والسلام والمعرفة والتفاهم. أقضي الكثير من وقتي في نوبة الليل في العمل الجاد لمساعدة النفوس المنكوبة وشفاء أولئك الذين ما زالوا على الأرض، لذا كان الأمر مفاجئًا بعض الشيء عندما وجدت نفسي في رحلة بحرية قصيرة ممتعة، وهي جولة غامضة سحرية صغيرة. ١٦٢ المريخ لا تزال صورة المريخ والمدينة على سطحه معي. بدت وكأنها واحدة مع بيئتها، ثابتة في شكلها وشعورها. لم يكن هناك ما يخبرني بمدة وجود المدينة هناك، ولا يوجد أي دليل على متى أو لماذا تم التخلي عنها. ومع ذلك، كان بإمكاني الشعور ببصمة الحضارة المنقوشة في الجدران ذات اللون البني المحمر أسفلي، ويمكنني أن أشعر بحركات تلك الكائنات التي ولت منذ زمن طويل في شوارع المدينة التي بنوها. كان الأمر غريبًا، الشعور المتزامن بالسكون والحركة الذي وجدته هناك. إن إمكانية الحياة على كواكب أخرى محل نقاش ساخن بين العلماء، وكان المريخ دائمًا في طليعة هذا النقاش. منذ منتصف القرن السابع عشر، عندما رُصدت لأول مرة القمم الجليدية القطبية المتمددة والمتقلصة على سطح الكوكب، وحتى المسابر الفضائية الحديثة التي عثرت على أدلة على كائنات حية متحجرة تعتمد على الماء، لا تزال التكهنات حول المريخ مستمرة. أولئك الذين يعتقدون بوجود جنس بشري قديم على الكوكب يتحدثون عن مليارات السنين - وهي جداول زمنية شاسعة يصعب علينا استيعابها من منظور ثقافتنا الفتية. هل أؤمن بالكائنات الفضائية؟ هل أؤمن بأن المدينة التي رأيتها على المريخ بناها جنس فضائي؟ أقول نعم، إلا أنني لا أهتم حقًا بكلمة "كائنات فضائية". لن أسمي طائرًا فضائيًا لأن شكله يختلف عن شكلي. تشمل

العوالم والفضاءات التي أتحرك عبرها العديد من أشكال الحياة وأنواع الكائنات، لكننا جميعًا نسكن الكون نفسه، ونحن جميعًا جزء من خلق واحد يتكشف باستمرار. نحن جميعًا جزء من نسيج الوجود؛ لا يوجد شيء غريب عن هذا النسيج. سكان المريخ، أو أي ساكن من سكان "فرينغ دويل" على كوكب آخر من "نايت نوبي"، هم ببساطة جيران يعيشون على بُعد أبعد قليلاً من معظمهم. عادةً ما يتطلب الوصول إلى هذه المسافات الشاسعة تحضيرات معقدة للآلات وسنوات من الجهد من قِبل العديد من العلماء، ولكن هناك طرق أسهل وأسرع للوصول إلى هناك. عندما ندخل في حلم، نكتسب كثافة أخف من كائن أثيري. بدون قيود الجسد المادي، يمكننا التنفس تحت الماء، أو دخول خلية، أو التحليق فوق سطح كوكب يبعد سنوات ضوئية عن الأرض. يمكننا الطيران. في واقع الحلم، يفقد الفضاء كما نعرفه معناه، ويمكننا التحرك عبر الغرفة أو عبر الكون بسرعة الفكرة. إذا تذكرت حلمًا تطير فيه، فقد تكون تجربة التحرك عبر الفضاء على أجنحة الفكرة مألوفة لك أكثر مما تظن. هناك العديد من الطرق للتنقل نجميًا - أساليب طيران شخصية ابتكرتها الروح الفردية. بعض الناس يرفرفون بأذرعهم ويقفزون بعيدًا كما لو كانوا تجربة فاشلة للأخوين رايت. يتنفس البعض في الحجاب الحاجز ويطفون مثل بالون الهيليوم. بل يمكنك أن تنمو مروحة على رأسك وتدور في جميع أنحاء المدينة إذا أردت ذلك. الطيران في وقت الحلم هو ما تريده أن يكون؛ القيود الوحيدة هي حدود الخيال. يتعين على معظمنا تعلم مهارات الطيران من أرواح أكثر خبرة، لكن بعضنا موهوب بالفطرة، مثل ابني ألكسندر. أدركت هذا منذ سنوات. عندما كان صبيًا صغيرًا، يبلغ من العمر أربع سنوات فقط، أتذكر رؤيته يظهر في المستوى النجمي عدة مرات. في إحدى الليالي بينما كان المريخ يحلم، رأيت ألكسندر يرفرف حول منزلنا كما يبدو في الواقع المستيقظ، ينتقل من غرفة إلى أخرى. طاردته حتى لحقت به في الحمام، حيث كان يحوم فوق النافذة، على بعد بوصات من السقف. كان يبتسم ويبتسم، لكن الأم بداخلي تدخلت وأصبحت قلقة من أنه صغير جدًا على البقاء بعيدًا عن جسده المادي لفترة طويلة. "ارجع الآن"، قلتُ له بحزمٍ بصوتٍ كصوت أمٍّ طبيعي. وكأي طفلٍ عادي، عاد على مضضٍ إلى الجسد الصغير النائم في الطابق العلوي. في اليوم التالي، طُرح حلمنا في نقاش. سألني: "هل رأيتِني يا أمي؟" "هل رأيتِني؟" بالطبع قلتُ إنني رأيتُه، لأنه كان حقيقيًا، لكنني ظللتُ أفكر: "ها نحن ذا!" يبدو أن طفلي ورث قدراتي الفطرية على دخول عوالم أخرى. سيخبرنا الزمن إلى أين سيذهب بها. سألتُ ألكسندر مؤخرًا، وهو الآن طالبٌ في السنة الأخيرة من المدرسة الثانوية، إن كان يتذكر أي تجارب خروج من الجسد في طفولته. بدأ على الفور بالحديث بحماسٍ عن كل المرات التي تذكر فيها تجوله في المنزل بينما كان جسده مستلقيًا في السرير في الطابق العلوي. قال: "كنتُ أتجول في السقف بلا

شك". أخبرني أنه سيغفو ويتبعني في أرجاء المنزل بينما أهتم بالأعمال المنزلية اليومية. ثم سألته إن كان يتذكر لقائي خارج المنزل في رحلاته الليلية، وبالفعل فعل. تذكر بعض الحوادث التي نسيتها، وتذكرت بعضًا مما مر به - مثل الليلة التي كنت فيها عميقًا في منطقة الحدود. كنت غارقًا في الظلام عندما رأيت ١٦٥ يظهر على جزيرة Night Shift ذات النباتات الخضراء. كان ابني الصغير عليها، يضحك ويستمتع. شعرت بالقلق على الفور. "ألكسندر!" صرخت. "ابق حيث أنت! أنا قادم لأخذك." توجهت نحوه، لكنه اختفى وظهر مرة أخرى على جزيرة جديدة في مكان آخر. بالنسبة له، كانت لعبة الغميضة رائعة. ضحك من الفرح وهو يستمر في الاختفاء والظهور في أماكن جديدة، بينما ازداد قلقي أكثر فأكثر من أنه قد يضيع في ثقب دودي ولا يعرف كيف يجد طريق العودة. إذا كان هناك أي قلق أثيري يحدث، فهذا هو. من الواضح أنه عاد بسلام واستيقظت مندهشًا من مستوى المهارة التي أظهرها في التنقل عبر التيارات غير المرئية وطبقات الواقع. تطلب إتقاني للطيران المزيد من الجهد. عندما كبرت، حضرت دروسًا في وقت الأحلام لتعلم النقاط الدقيقة. في إحدى الدروس، تدربت على المناورة عبر التيارات الهوائية في نفق هوائي تم بناؤه خصيصًا لهذا الغرض. في شكلي الأثيري، شعرت أن الهواء سميك وطافي مثل الماء، وسرعان ما أصبحت ماهرًا في تغيير اتجاهي وسرعتي. تعلمت أيضًا استخدام الأسطح المشحونة كهرومغناطيسيًا للتحليق، ولاحقًا التحرك أثناء التحليق. بمجرد أن أتقنت بعض أشكال الطيران، تمكنت من تعليم الآخرين. تعليم الطيران ليس دائمًا سلسًا. في بعض الأحيان يكون الأمر أشبه بمشاهدة الفراخ وهي تسقط من العش في رحلتها المتذبذبة الأولى إلى فرع قريب. أتذكر أنني كنت مع مجموعة من زملائي في المدرسة الذين كانوا يختبرون مهاراتهم في ١٦٦ Mars، أولاً من شجرة ثم من حافة منزل. كانت فتاة جريئة بما يكفي للقفز من أعلى مبنى. لم يكن لديّ سوى الوقت للمشاهدة بقلق وأنا أرسل لها تعليماتي الأخيرة بجنون، لكن طموحاتها فاقت مهارتها. سقطت! في اللحظة الأخيرة، تمكنت من إبطاء هبوطها وهبطت على الأرض مدويًا. نهضت سالمة ومشت - بخجل بعض الشيء، لكنها مستعدة للمحاولة مرة أخرى. بصفتي معالجًا ومعلمًا ودليلًا سياحيًا وسائحًا أثيريًا، اتبعت عدة طرق للوصول إلى وجهتي. بسطت جناحي زاحف مجنح أحمر عملاق استعرت شكله، فقط لأرى من خلال تلك العيون القديمة وأشعر بالريح على بشرتي الجلدية. أحيانًا أحلق فوق الأرض وذراعاي ممدودتان. أمرّ فوق المناظر الطبيعية كما يفعل الطائر، أحلق فوق قمم الأشجار وأنقض أحيانًا لألقي نظرة عن كثب. أو قد أنبت جناحين ضخمين مكسوين بالريش، كما فعلت عندما اصطحبت شابًا في جولة. كان يُصبح متنمرًا شرسًا على زملائه في الفصل، ويحتاج إلى فهم أعمق للعالم، لذا أخذته في رحلة قصيرة. وبينما كنا نحلق في الليل،

كان يُراقب بشغف التفاعلات الروحية التي تحدث في الواقع الأوسع، وأعتقد أنه بدأ يفهم وحدتنا الجوهرية. كلما طال انغماسه في جوٍّ يُشعره بالحب الذي يُمسك الكون، كلما ذابت درع غضبه الهش وشعوره بالضحية. استسلم لدهشته، وعندما رأى ما يكفي، نام بين جناحيه العملاقين، واثقًا كطفلٍ في مهد. ١٦٧ ساكن هامشي في نوبة الليل. أُدرج التحليق كنوع من السفر الأثيري، لكنه ليس نوعًا من السفر الذي خضته بتواتر كبير. بدأت أوضح ذكرياتي عنه في إحدى الليالي عندما شعرت بجسدي كله يبدأ بالاهتزاز بطريقة لم يسبق لها مثيل. كانت عيناي مُغمضتين؛ وكان عقلي على حدود حلمٍ صافٍ. ازداد الاهتزاز حتى شعر جسدي كله مشحونًا بالطاقة الكهربائية. ارتفعت الشدة إلى درجة أنني رفعت نفسي عن السرير، معلقًا فوقه. حلت محل الجاذبية قوة دفع وجذب من الأقطاب، خفيفة وطبيعية لدرجة أن الدفع والجذب كانا موحدين حتى في تعارضهما. شعرت بتوازن مثالي بين الجسد المنغمس في الفضاء. استيقظت لاحقًا على يقين من أن الارتفاع يمكن أن يحدث حتى في الواقع المادي اليقظ. كان الارتفاع موضوعًا للأدلة القصصية من العديد من الثقافات عبر التاريخ وقد ظهر في الكتابات المقدسة من جميع أنحاء العالم. الآراء منقسمة - يعزوها البعض إلى قوى شيطانية، والبعض الآخر إلى قوى القديسين والصوفيين. يعتقد الكثيرون أن الارتفاع هو خدعة السحرة الذين ينوون الخداع ونشل الجيوب لتحقيق مكاسبهم الخاصة. في الآونة الأخيرة، مع توسع فهم العلماء لقوانين الجاذبية، يستكشف بعض الفيزيائيين إمكانية رفع الأجسام في الهواء. ما يجدونه قد يعطي معنى جديدًا لعبارة "قلاع في السماء". في معظم أشكال السفر الأثيري - من الطيور إلى الارتفاع - لدي إحساس بجسدي المادي، الذي يحتفظ بشكله في شكل أثيري. ومع ذلك، هناك أسلوب آخر من السفر حيث يضيع كل إحساس بالجسد المادي. أسميه العيون والعقل. عندما أسافر بهذه الطريقة، لا أصبح سوى الرؤية والوعي، قادرًا على قطع ١٦٨ مسافات لا تصدق بسرعة هائلة. في بداية هذه الرحلة، أكون على طريق نجمي ويمكنني رؤية المناظر الطبيعية تمر. حتى مع زيادة سرعة الطيران، لا يزال بإمكاني تمييز الأشياء التي تشكل جزءًا من المشهد. أضع أفكاري على وجهة - وقت ومكان - أريد الوصول إليها. فجأة، أصبح خطًا أبيض يمر حول الأشياء وعبرها بسرعة البرق. يصبح كل شيء ضبابيًا وأسمع همهمة مميزة. على الفور تقريبًا، أكون هناك. أبطئ بسرعة وأتوقف. يعتمد هذا النوع من السفر على قدرتي على التخلي عن فكرة الشكل البشري (ليس بالأمر السهل دائمًا) وأن أصبح مجرد وعي مرئي. بصفتي عينًا وعقلًا، أستطيع دخول جسد شخص ما (بإذنٍ بالطبع!) مستخدمًا عينيه كقناة. أستطيع التعمق في جسده لرؤية بُنىً مادية على المستوى المجهري - الخلوي والجزيئي والوراثي - لإصلاح أي خلل، إن لزم الأمر. أو يمكنني التدخل في حالات الطوارئ للتأثير على الأحداث. إذا كان

الشخص في خطر، على وشك التعرض للمضايقة مثلًا، فقد أتمكن من تحذيره وإرشاده إلى طريق هروب سريع. التدخل أشبه بالاندماج مع شخص آخر على عدة مستويات - جسديًا وعقليًا وعاطفيًا. لا ألجأ إليه إلا في الحالات القصوى.يمكن أن تكون العينان والعقل ممتعين للغاية. لقد لعبت بهما من خلال الانطلاق في جميع أنحاء الغرفة مثل كرة بينج بونج، وترتد عن الجدران والسقف والأرضية. ذات مرة، دخلت زجاجة ونظرت إلى الغرفة من خلال الزجاج الأخضر المنحني، وشعرت وكأنني جنية. ١٦٩ ساكن هامشي في نوبة الليل بوابتي إلى أبعاد أخرى هي نصف النوم الذي يسمى الحلم الواضح. الحلم الواضح هو حالة الوعي التي يمكن فيها إدراك الحقائق المادية وغير المادية في نفس الوقت، والعمل بطريقة واعية من الطاقة، أو الجسم النجمي. يمكن تحفيز هذه الأحلام في أي شخص تقريبًا، ويمكن للحالمين تطوير طرق للدخول في تلك الحالة المعينة. أقع فيها بسهولة وبشكل متكرر وقد فعلت ذلك دائمًا. لقد درس العلماء الحلم الواضح جيدًا. لديهم الكثير ليقولوه عن موجات الدماغ ونوم حركة العين السريعة، لكنني بالكاد أفكر في هذه الأشياء وأنا أقترب من حافة الحدود. بما أن لديّ أعمالًا لأقوم بها، فأنا أُجهّز نفسي لليلةٍ حافلةٍ بالنشاط القادمة بتأريض نفسي، وإرسال جذوري عميقًا في الأرض وأيضًا إلى الفضاء اللانهائي. ثم أشكر مرشديّ، وأطلب الحماية من أي طاقاتٍ مظلمة قد أواجهها. أطلب من أي كائناتٍ نورانيةٍ ترغب في مساعدتي على التقدم، ثم أُهدئ ثرثرة العقل التي ملأت ساعات يقظتي. أنا مستعدٌّ لدخول نوبة الليل. أفتح الباب بين اليقظة والنوم. تبدأ صور الأحلام بالظهور. لديّ وعيٌ متزايدٌ بالضوضاء الصغيرة من حولي - قطةٌ تموء في الخارج، وسيارةٌ تنطلق في المسافة. تتلاشى هذه الضوضاء عندما أدخل نوبة الليل. أنا بين العالمين، مما يسمح لي بالعمل مع الطاقة التي تؤثر على الحياة الأرضية من الجانب الآخر. يظل الباب الذي يُغلق عادةً بين واقع اليقظة والحلم مفتوحًا. أنا هنا وهناك، مدركٌ للحقائق المتداخلة بين اليقظة والحلم، ١٧٠ مارس ما يبدو وكأنه موجةٌ كهربائيةٌ تتحرك عبر جسدي بالكامل، بدءًا من أصابع يدي وقدمي. يتدفق التيار في جسدي بسرعة مذهلة حتى يصعد إلى رقبتي وينطلق عند قاعدة جمجمتي محدثًا صوت فرقعة من اليسار إلى اليمين. في لحظة، يتصفح وعيي ترددات العالم الروحي، باحثًا في موجات الأثير كما لو كان على راديو عن قناة محددة. أبحث عن أي إحساس يُشير إلى أن أحدهم يحتاج مساعدتي، وعندما أشعر به، أستجيب. إذا لم تكن هناك نداءات في تلك اللحظة، يكون وعيي حرًا لاستكشاف أماكن مثل القاعات الرخامية الشاسعة للسجلات الخالدة للبشرية جمعاء، أو مدينة المريخ المهجورة. لم يرَ مستكشفو الفضاء شيئًا يشبه المدينة التي رأيتها على سطح ذلك الكوكب - بعد. ربما لأن السفر في المستوى النجمي يحدث خارج قواعد المكان والزمان. فكرتنا عن الزمن كسكة

حديد نتحرك عليها في اتجاه واحد من الولادة إلى الموت لا تنطبق عليه. في ذلك الواقع، الماضي والحاضر والمستقبل موجودون جميعًا في آن واحد، ومن الممكن دخول أطر زمنية مختلفة. أتخيل الزمن ككرة تنبثق من كياننا. نحن البشر في مركزه، نولد الماضي والمستقبل من الآن الأبدي. ومن الغريب، في تصوري، أن الماضي يتكشف وأن حياة "المستقبل" قد عشناها بالفعل. سأتحدث أكثر عن الوقت المتزامن وعلاقته بالشفاء في الفصل الأخير، "الشبكة". في هذه الأثناء، آمل فقط أن يكون هناك من يتتبع نقاط المسافر الدائم.

الفصل التاسع التزامن

الأربعاء، ٢٠ نوفمبر ٢٠٠٢ كراك! استيقظت من نوم عميق على ما يبدو وكأنه شخص يضرب يده بسرعة وقوة على مسند الذراع إلى يساري. الأدرينالين يتسابق، لا أعرف ماذا أتوقع. يمر الوقت. لا يحدث شيء. أنا نصف مستيقظ الآن، ألقي نظرة خاطفة حول الغرفة. بصراحة، لست معتادًا على التفاعل اليقظ أثناء العمل في نوبة الليل. عندما أغمض عيني، آمل إما في التواصل أو العودة إلى النوم. على النقيض تمامًا من مشاعري السابقة، ينتابني شعور طاغٍ بالثقة. أشعر بالأمان التام. ساكن هامشي في نوبة الليل عيناي مغمضتان، لكن يمكنني الرؤية من خلال جفوني كما لو كانت مفتوحة. غير متأكد مما إذا كانت هذه مجرد صورة مختلقة في ذهني أم أنها تحدث بالفعل، أفتح عيني للحظة. نعم - إنها موجودة هناك. أغمض عيني مرة أخرى وأمسح الغرفة. يبدأ توهج فسفوري مكثف في تشكيل نفسه في شبكة من الخلايا، كل منها مليئة بالعديد من الهيروغليفية. أشعر كما لو أنني أرى مستوى من الوجود محصورًا بين الحقائق. تنمو الشبكة حتى تحيط بي تمامًا. أراها كما لو كانت من داخل فقاعة رقيقة. laskifu قد ألقيت نظرة عن كثب، وعلى الفور تقترب، مما يسمح لي بالحصول على رؤية أوضح للرموز الموجودة داخل خلايا الشبكة. تحتوي كل خلية على أشكال خطية متعددة من العصي تذكرني بالنقوش الصخرية - أشكال بسيطة للعين والبشر والحيوان. جميع الأشكال البشرية مُتجهة يمينًا، في مواجهة الحيوانات. يتراوح عدد العيون بين اثنين وستة لكل خلية. بطريقة ما، أعرف أن كل خلية تُمثل مجتمعًا من الأنواع بين الكواكب ومفهوم التعايش العالمي. أسمع رسالة عالية الصوت ومستمرة: "نحن هنا، في كل مكان، طوال الوقت". ويأتي اسم التجربة إليّ مثل تنهد عابر: "التزامن". كانت تجربة اليقظة التي أصفها في يومياتي زيارة رمزية ورسالة جماعية من العديد من الوجودات الخيرية في الكون. لم يخبروني من أين أتوا تحديدًا، لكنني شعرت أنهم من مواقع وأبعاد متباينة.

تمثل كل عين في اللوحة كيانًا. الأشكال البشرية هي، حسنًا، بشر، والحيوانات تُمثل العالم الطبيعي الذي نعيش فيه. في كل خلية من خلايا الشبكة، يواجه الشكل الحيوان، ويرمز إلى علاقتنا بالعالم الطبيعي. في الوقت نفسه، تُمثل الشبكة التعايش، الذي يربطنا بكل ما هو موجود. لسنا وحدنا. الكائنات (وأعدُّ مرشديّ من بينهم) الموجودة في العوالم الأخرى هي أشكالٌ من الحياة بين الكواكب أو بين الأبعاد. نحن جميعًا جزءٌ من مجتمعٍ كونيٍّ أكبر، شبكة الخلق التي تمتد عبر الكون وعبر كل شيء. أيًّا كانت هذه الكائنات، فهي هنا الآن. "نحن هنا، في كل مكان، طوال الوقت"، قالوا، وشعرتُ بوجودهم بثقةٍ كما أشعر بوجودك لو كنتُ أتحدث إليك. كنتُ أعلم أن هذه علاقةٌ طويلة الأمد. لم يكونوا وافدين جُددًا، بل كائناتٌ كانت مع البشرية منذ بداية وجودنا على هذا الكوكب. لماذا لا يرى الجميع هذه الكائنات؟ هل يختبئون عمدًا؟ كلا على الإطلاق! يراها الكثير من الناس، وخاصةً الأطفال، لأنها ظهرت لنا وتواصلت معنا عبر العصور. كل عصرٍ يُفسّر ظهورها وفقًا لمعتقدات ذلك العصر - كملائكة، أو أشباح، أو أصوات الآلهة التي تتدفق في الآذان الراغبة، أو مرشدين روحيين، أو كائنات فضائية. اختر ما يناسبك. ١٧٥ ساكن هامشي في نوبة الليل. أحيانًا يُعلّمنا أصحاب السلطة الذين يقولون إن الكائنات بين الأبعاد غير موجودة ألا ننظر. عندما نستبعد من عقولنا احتمال وجود كائنات من عالم آخر تعيش بيننا، فإننا نغلق أنفسنا عن قنوات الاتصال المباشرة. تؤثر معتقداتنا وتغير إدراكاتنا، لذا يمكنها إغلاق أعيننا وآذاننا النفسية وكذلك فتحها. يجد الكون طرقًا عديدة للتفاعل معنا. التزامن هو وسيلة أخرى للمصدر للتواصل أو لإرسال رسالة إلينا. أعتقد أنه يعمل إلى حد ما مثل الأعمال الداخلية لساعة كونية لا نهائية. تروس لا حصر لها من الفعل والنية والزمان والمكان تعمل معًا في إطار متعدد الأبعاد. كل ترس محزز في الآخر. ستؤثر حركة أصغر ترس في النهاية على أكبرها. من حين لآخر، يخرج طائر الوقواق ليغني أغنية قصيرة وفويلا! تحدث أحداث متزامنة. يبدو التزامن أحيانًا سحريًا. تظهر طاولة تحتاجها في الزقاق الخلفي. تتحدث صديقة عن أمرٍ كنتِ تفكرين فيه، رغم أنكِ لم تذكريه لها. تُذاع أغنية على الراديو تُجيب على سؤالٍ كنتِ تتأملينه. تلتقي الأحداث بالأفكار. أحيانًا تكتسب أبسط الأشياء معنىً عندما تحدث التزامنات. يبدو أن وجودها يدعم فكرة أنه لا توجد صدف بلا معنى، بل صدف ذات معنى فقط. التزامن يجعلك تُنتبه. قد يبدو التزامن مُرتبًا، كما لو أن أحدهم كان يُراقب وينتظر اللحظة المناسبة ليجمع ١٧٦ عنصرًا من عناصر التزامن بين الفكر والحدث. لكنه ليس مُرتبًا. نحن نستدعي الأحداث إلى الوجود، ونستدعيها بالفكر والخيال، ويستجيب المصدر. عندما تحدث، تُذكرنا التزامنات بسحرنا، وقدرتنا على التجلي، وارتباطنا بالعوالم الخفية. أعتقد أن التزامنات بمثابة فتات خبز يلقيه مُرشديّ في طريقي. إنهم يقودونني من خطوة إلى

أخرى. أراها على أفضل وجه عندما أكون منفتحًا وواعيًا - في اللحظة - وأسمح لنفسي بأن أُقاد. عندما أكون في خضمّ الحياة، عندما لا أعاني، يزداد التزامن. أو ربما أسمح لنفسي بملاحظة ذلك أكثر. مهما كانت الطريقة، فإن التزامن يُطمئنني ويُبهجني. إلى حدّ ما، يُثير فيّ شعورًا بالرهبة. عندما يكون التزامن حدثًا مُلفتًا، حدثًا جللًا، فكّر في آلاف الأشياء الصغيرة التي حدثت لتؤدي إلى تلك اللحظة - تلك الأشياء التي تبدو غير مترابطة والتي جمعت تلك العناصر أو الأرواح في ذلك المكان في ذلك الوقت. أحيانًا تُقابل شخصًا تتوافق شخصيته واهتماماته تمامًا مع جوهرك، لدرجة أنك تشعر وكأن العالم بأسره تآمر ليجعل اللقاء يحدث. تتقارب حياتكما كأمواج حجرين أُلقيا في محيط. هذا هو التزامن أيضًا. أتذكر أنني حضرتُ ورشة عمل تجريبية في كندا. في إحدى التمارين، كنتُ مُقرنًا برجلٍ جاء من شمال كاليفورنيا لحضورها. اتضح أنه مُعالجٌ بديهيٌّ يمارس العلاج بتقويم العمود الفقري. في هذا الجزء تحديدًا من الورشة، كان علينا أن ننظر في عينيّ شريكنا في التمرين. تبادل دوغ وسكان نوبة الليل النظرات العميقة، وشعرتُ فجأةً وكأنني كائن فضائي، بعد سنوات من الوحدة المؤلمة، التقى بشخص من كوكبه الأم. انهمرت الدموع على وجهه، وشعرتُ بنفس الشعور. تصادف أن أرواحنا الرفيقة قد التقت هناك في ذلك الوقت، وتصادف أنهما اقترنتا بهذا التمرين العميق. جمعتنا العناصر التي بدأت بالحركة معًا لتُرسل لنا رسالةً مفادها أننا لسنا وحدنا في عالمنا الغريب. قد يبدو التزامن، في بعض الأحيان، كنوع من التخاطر أو الاستبصار، وهو كذلك. نفكر في شخص لم نره منذ سنوات، يرن الهاتف، وهو ذلك الشخص نفسه. تصبح هذه الأحداث منطقية إذا أخذنا في الاعتبار أننا جميعًا جزء من نفس الوعي الواسع. تُشعر فكرة التخاطر بعض الناس بعدم الارتياح. يتخيلون أنه إذا كان هناك شخص متخاطر في الجوار، فإن كل أفكارهم ستكون مكشوفة، أو أن المتخاطر يستكشف سلة الغسيل المتسخة الخاصة بهم دون إذن. لا. الشيء المتعلق بالتخاطر هو أنه يزدهر بالاحترام - فأنا لا أتسرع في الدخول إلى أفكارك لأن ذلك سيكون انتهاكًا لخصوصيتك. قد يُختبر التخاطر غير المفلتر على أنه صوت همس مستمر، ونوع من السكون، يمكن أن يدفعك إلى الجنون إذا لم تتعلم ترك تركيزك يبتعد عنه. | لا يسعك إلا أن تسمع بعض الأفكار، لأنها تبث في البيئة. إذا كانت الفكرة عاطفية، فستزداد نبرتها، مثل صوت يرتفع فوق ضوضاء الخلفية المحيطة لغرفة مزدحمة. ومن الصعب ألا تسمعها. ١٧٨ التزامن في بعض الظروف، يرحب الناس بالتخاطر حقًا. إذا لم يتمكن شخص ما من التحدث أو العثور على كلمات للتعبير عن نفسه، فقد يكون التخاطر بمثابة راحة هائلة. يدرك الكثيرون وجود تخاطر عابر عندما ينظرون في عيني شخص ما ويعرفون ما يفكر فيه أو يشعر به. من المهم غالبًا أن يشعر الناس بأنهم مفهومون بما يتجاوز حدود ما يمكنهم قوله. التخاطر والتعاطف

مترابطان بشكل وثيق. كلاهما يعتمد على القدرة على وضع الذات جانبًا، وبمعنى أدق، على الفهم - والوقوف تحت - والسماح للآخر بالمرور. لكل من التخاطر والتعاطف مكانهما في مجموعة أدوات الشفاء، وكلاهما يمكن أن يكون مفيدًا في اكتساب فهم أعمق للمشكلة. لقد قابلت ذات مرة امرأة مصابة بمرض الزهايمر في وقت الحلم. على الرغم من أنه بدا للآخرين أن عقلها "ذهب"، إلا أنني شعرت أنها كانت هناك في مكان ما. كانت عالقة في جسد منفصل عن عقلها. كانت تعرف تمامًا ما تريد قوله أو فعله، لكن يبدو أن جسدها لم يعد يعرف كيف "يفك" ويتصرف وفقًا لأفكارها. تخيل أنك تريد أن تقول كلمة بطاطس، فتذهب إلى الجزء من دماغك الذي يخزن الكلمة لتلك الدرنات البنية الصغيرة، وتجد كلمة أخرى بدلاً من ذلك. أنت تعلم أنها خاطئة، لكن فمك لن يقول بطاطس. عرفت هذه المرأة أنها لا تستطيع تذكر أسماء أو استخدامات الأشياء اليومية - أو كيفية أداء أبسط المهام. كانت على دراية تامة بالإشارات الخاطئة ويمكنها أن ترى جيدًا كيف يشفق عليها من حولها.
١٧٩ "كيف تتذكر ما ستطبخه للعشاء؟" سألت. "أو تتذكر أطفالك، الذين يتصرفون مثل الكلاب التي تنوح وتدفع أوعيتهم الفارغة إليك حتى تتذكر إطعامهم؟" يا له من سؤال حزين! كان بإمكاني أن أشعر بحزنها المعزول والمحبط والمثقل. من خلال التخاطر، تمكنت من احتضانها والاعتراف بالوجود المستمر لذكائها وإدراكها. نحن على اتصال دائم بأشكال أخرى من الوعي، كما هي الحال معنا. ليس من الغريب الشعور بالفكر (التخاطر) أكثر من الشعور بالعاطفة (التعاطف)، وفي الواقع إنها قدرة فطرية لدى البشر. تشعر الأم بأن طفلها في خطر. يعرف المحبون أفكار بعضهم البعض. عندما نركز على شخص ما، وخاصة عندما يتشكل هذا التركيز بالحب، فإننا ننسجم معه. تخيل إذن ماذا يمكن أن يحدث للجنس البشري إذا شعرنا بهذا الوحدانية، وهذا الحب والرحمة للجميع؟ الحيوانات على اتصال بنا أيضًا. أتذكر عندما كنت فتاة أسير مع صديقة في حقل عشبي بحجم ملعب كرة قدم. كنت أخبرها أنه يمكننا التحدث إلى الحيوانات بعقولنا. قالت وهي تشير إلى الطرف الآخر من الحقل، حيث كان سنجاب يبحث في العشب: "حسنًا إذًا". "هل يمكنك إحضار هذا السنجاب هناك ليأتي إلى هنا؟" لم أجرب شيئًا كهذا من قبل، لكنني أرسلت طلبًا أسأل فيه السنجاب عما إذا كان على استعداد للمجيء. جلس واستدار في طريقنا. ثم بدأ يقفز نحونا، ولم يتوقف حتى لمس حذائي بمخلبه الصغير. توقف حينها، وجلس على ركبتيه، ونظر مباشرة إلى وجهي. نظرت إليه، وشكرته، وأرسلت له رسالة بأنه يمكنه الذهاب. ركض مبتعدًا، فاندهش صديقي. مهما خضعنا لتنويم الانفصال، لا يمكننا الوجود إلا في علاقة مع العالمين الطبيعي والنفسي. نحن جزء من شيء أكبر. نعرف هذا. نعرف أننا لسنا كل الأشياء، لكننا نعرف جيدًا أننا جزء منها. نحن ننتمي إلى الكل، وهو ملك لنا. تذكرنا التزامنيات بأن أفكارنا، سكان

الحياة النفسية، يسمعها ويستجيب لها جيرانها - أفكار ومشاعر كيانات أخرى موجودة في كوننا. بدءًا من عالمنا الداخلي، نشارك في خلق العالم الخارجي - كيف هو، وما الذي ينشأ فيه. تعتمد المادة على الفكر والمشاعر لمنحها شكلًا. إن إدراك هذا الأمر يُمكّننا من زيادة وعينا بالصور والكلمات التي نُسقطها بأفكارنا. فهي تؤثر على الآخرين وعلى البيئة التي نعيش فيها جميعًا. لو عرفنا أفكار بعضنا البعض وشعرنا بتواصلنا مع كل ما حولنا، لوجدنا أن التزامن ليس شذوذًا، بل هو تدفق مستمر للأفكار والأحداث يحدث في كل لحظة.سنجد أن المصادفات ذات المغزى ليست الاستثناء، بل هي القاعدة. والأهم من ذلك كله، أننا سنعرف حقًا سحر أفكارنا ومدى تواصلنا العقلي مع بعضنا البعض، ومع العالم المادي، ومع عوالم الروح والطاقة التي تحاول التحدث إلينا.

الفصل العاشر من مجلة الشبكة

يوم الأربعاء، ٢٤ يونيو ٢٠٠٤ أنا منغمس في الظلام. يهتز جسدي بتردد معين - طنين مستمر هممم. تحوم الأشكال والرموز أمامي، مجمعة في سلسلة من ثلاثة. بينما أدرس الرموز، ألاحظ أن جسدي يهتز بمعدل واحد وقدمي بمعدل آخر. أشعر وكأن باطن قدمي يحترقان. ما يبدأ كألم شديد موضعي سرعان ما ينمو إلى ألم مبرح. غير قادر على تحمله لفترة أطول، أتخذ خطوة إلى الأمام. بخطوة بسيطة، أجد نفسي في شبكة بديعة، معقدة، تشبه الشبكة، من خيوط الضوء الفضية المتشابكة. تمتد الشبكة المتلألئة، ساكن الهامش في نوبة الليل، إلى ما وراء ناظري، ممتدًا إلى الظلام المتراجع. بالقرب، أستطيع أن أرى أنه حيث تتقاطع الخيوط، تتلألأ الأضواء وتتألق. أتجمد، لا أجرؤ على ملامسة هذه الشبكة. ليس لدي أدنى فكرة عن مكاني، أو ما هي المخاطر المحتملة. أقرر أنه من الأفضل أن أحتفظ بالمساحة، وأبقى في اللحظة، وأستوعب كل التفاصيل التي أستطيعها. أرى أن كل خيط يختلف قليلاً عن نظيره، سواء في السُمك أو السطوع. تتفاوت نقاط التقاطع في درجات اللمعان والتألق. كل منها يصدر صوته الخاص كشوكة رنانة - نغمة واضحة ونقية لدرجة أنك تشعر بها تهتز في كيانك. أنا محاط تمامًا بخيوط الترددات الفضية هذه عندما تأتي الرسالة: "إن عبور الروح يتحول. يمكن أن يكون مربكًا ليس فقط للأشباح، ولكن للمرشدين أيضًا". بشكل عام، لا أرى الشبكة عندما أساعد شخصًا ما على العبور. مفهومها ليس مألوفًا لي على الإطلاق. عندما يكون لدي حلم يكشف عن مستويات مختلفة من الواقع أو أبعاد مختلفة، يتم تمثيل الأشياء لي كما هي لك في أحلامك - بأشكال مألوفة من الرؤية والصوت والرائحة. تتحدث

الأحلام معي بلغة الحواس. يتم تقديم الحقائق الأخرى في ١٨٤ مصطلحًا مرئيًا للشبكة - مثل أشعة الضوء والنقاط المتلألئة الشبيهة بالنجوم في الشبكة - والتي يمكنني فهمها واستيعابها في عالم اليقظة. في حلمي، ربما كانت الشبكة تقريب أقرب لمستوى آخر من الوجود مما اعتدت عليه، لكنها لم تكن "حقيقة" ذلك البعد. لقد كانت ترجمة. لا تأتي أحلامي مع نص توضيحي. عندما سألني أحدهم عن تقاطعات خيوط الضوء، لم يكن لدي إجابة حقًا. كانت هي نفسها. كان بإمكاني اختلاق شيء ما عن مسارات المكان والزمان، أو تخيل أن كل تقاطع كان كونًا مختلفًا - لكنني لم أكن أعرف حقًا. لم تكن هناك سلطة تخبرني بما كنت أراه. لم يُزودني إلا بأبشع الأدلة حول رؤيتي، بالإضافة إلى شعور بلا كلمات يتردد صداه على المستوى العاطفي. فهمي العام للشبكة هو هذا: تتخلل كل المادة شبكة طاقة نابضة بالحياة ومتغيرة باستمرار. كل شيء في العالم المادي لديه حياة ووعي - البشر والأشجار والأحجار والمياه والمباني والجبال والفيروسات وكل كوكب وشمس وكل ذرة غبار. نحن مرتبطون بكل شيء من حولنا بالطاقة الأساسية للحياة التي نتشاركها مع كل تجسيد وكل كائن مادي. كانت الشبكة المعقدة في حلمي تمثيلًا لحقيقة الطاقة الأساسية للشكل. كل خيط وكل نقطة التقيا بها ارتجفت بحيوية كائن ١٨٥ في نوبة الليل. كانت الشبكة تتغير بلا توقف، وتتحول بين الفكر والعاطفة والفعل ورد الفعل. انزلقت التقاطعات الشبيهة بالنجوم على خيوط الضوء مثل قطرات الندى على شبكة العنكبوت. لو سألت لماذا لم أر أبعادًا أخرى في شكلها الحقيقي، لما حصلت على إجابة أفضل من الإجابة الموجودة في نهاية الحلم: "إن تقاطع الروح يتغير. يمكن أن يكون مربكًا ليس فقط للأشباح، ولكن للمرشدين أيضًا". ربما كانت الرسالة تخبرني أنني سأكون مشوشًا لدرجة أنني سأفقد اتجاهاتي وستعاني وظيفتي كمرشد روحي بينما أتأمل روعة الحقائق الأخرى القوية والخشنة في شكلها النقي. كانت الشبكة في حلمي مجرد طعم، ولكن بقدر ما استطعت استيعابه في ذلك الوقت. على الرغم من أنني ركلت نفسي لاحقًا لكوني غير واثق جدًا، فربما كان من الجيد أنني لم أجرؤ على لمس خيوط الضوء أو محاولة التقدم أكثر في الإطار. كانت إمكانية السفر عبر ثقب دودي وانهيار الزمن والخطوط الزمنية متعددة الطبقات قوية. هل هذا ما يبدو عليه شخص ما عند عبوره؟ لقد أثار فضولي. ماذا كان سيحدث لو دخلت إلى الشبكة؟ إلى أين كنت سأذهب؟ لم أكن متأكدًا من أنني سأكتشف ذلك أبدًا. لم يكن هناك ما يمكنني فعله سوى الانتظار. بعد فترة وجيزة من الحلم، رأيت الشبكة مرة أخرى - هذه المرة في واقع اليقظة. كان يومًا عاديًا من الاختلاط الاجتماعي الممتع، وكنت مع مجموعة من الناس. نظرت عبر الغرفة لأرى أحد الجدران يتلاشى، ويكشف عن الشبكة المتلألئة. لقد كنت ١٨٦ الشبكة منومة مغناطيسيا. من لا يكون؟ كنت أتوق للذهاب ولمسها هذه المرة،

ثم تذكرت أين كنت. تخيلت أنه سيكون هناك لحظة اجتماعية محرجة إذا اصطدمت بالحائط واختفيت في بُعد آخر، لذلك أوقفت نفسي وحاولت التصرف بشكل طبيعي. هذا يعني عدم التحديق في الحائط مثل قطة مجنونة. كان الأمر صعبًا حقًا. أحبطت مرة أخرى! هذه المرة بسبب قواعد السلوك. اعتقدت أنني قد لا أحصل على فرصة لاستكشاف الشبكة، وربما يكون الأمر كذلك، ولكن في الآونة الأخيرة كان لدي حلم. كنت أنظر إلى جزء صغير من الشبكة، جزء مداري انفتح على الأرض عند قدمي. وقف أحد الأصدقاء خلف كتفي الأيمن وآخر عند كتفي الأيسر. قالا كلاهما، ودفعاني للأمام: "المسها!". "تفضل. المسها!" ففعلت. كانت إسفنجية، وقاومت ضغط يدي بنفس الطاقة الكهرومغناطيسية التي تعرفت عليها على أنها تلك التي استخدمتها في الرحلة النجمية. بعد عدة أشهر من رؤيتي للشبكة، حلمت بالمرور عبر مستويات الواقع. مرة أخرى، لا يمكنني التحدث عن ماهية تلك الحقائق بالضبط؛ لا يسعني إلا وصف تمثيلهم البصري، والأحاسيس التي انتابني، وتفسيراتي الشخصية. كنتُ محاطًا بفراغ أسود، معلقًا في ذلك الفضاء الأسود العميق اللامتناهي حيث لا وجود للأعلى أو للأسفل. ظهرت أمامي لوحة شفافة وردية اللون، رقيقة كالزجاج، وبدأتُ أتحرك من خلالها كما لو كنتُ أخطو عبر صفيحة شلال متدفقة. شعرتُ بطنين اهتزاز يتردد صداه مع جزيئات "١٨٧ " في أي شريحة عمودية من جسدي تلامس المستوى. مددتُ يديّ أمامي. لم أكن قد عبرتُ المستوى الوردي تمامًا عندما واجهت أصابعي الممدودة مستوىً مشابهًا ذي أبعاد خضراء باهتة. تغير الاهتزاز مرة أخرى، وترددت جزيئات تلك الشريحة العمودية من جسدي مع المستوى الذي مرت به. حينها، انقسم جسدي إلى عدة شرائح عمودية من التجربة، كل منها يهتز بتردد مختلف قليلاً. كانت هناك أجزاء عمودية معرضة للفراغ الأسود، شريحة عمودية داخل المستوى الوردي، وأخرى في المستوى الأخضر. بدا الأمر وكأنني لم أنتهِ بعد. واجهت أصابعي الممدودة أقصى مستوى أزرق. شعرت باهتزاز آخر، نوع مختلف من الطنين. كان الأمر كما لو أن ثلاثة تيارات كهربائية مختلفة كانت موجودة وتسري عبر أقسام محددة من جسدي. كان إحساسًا غريبًا. كان هذا جديدًا. أردت أن ألعب. لم أشعر بأي من الرهبة التي شعرت بها عندما رأيت روعة الشبكة. كانت هناك شرائح أصغر، صالات رياضية غابة الوعي، تدعوني للاستكشاف. غمرت يدي وجسدي من خلال الألواح، وشعرت بأحاسيس الوخز التي كانت جزءًا من كل لون. قفزت ذهابًا وإيابًا بينها، ضاحكًا بفرحة المغامرة الطفولية. لعبت الأحاسيس نفسها في تيارات صغيرة سعيدة في جميع أنحاء جسدي. بعد ليلتين، حلمت مرة أخرى بالانتقال عبر أبعاد أخرى. كنت في غرفة، أنظر إلى مرآة شفافة. كنت أعرف أن هذا كان مستوى بعديًا يفصل بين واقع اليقظة وواقع الحلم. ذهبتُ إلى المرآة، ومددتُ أصابعي نحوها

بحذر. كانت مجددًا سطحًا عموديًا سائلًا مرنًا، لا يزيد سمكه عن لوح زجاجي. خطوتُ من خلاله، وشعرتُ مجددًا بالترددات المختلفة، وتلاعبتُ بأحاسيس الأبعاد. بعد أكثر من شهر بقليل، دخلتُ حدود الوعي. اتسع وعيي، ورأيتُ ثلاثة مستويات أفقية من الواقع تمتد إلى ما وراء رؤيتي في كل الاتجاهات. كانت إحدى الطبقات تحوم فوقي بقدم أو قدمين. وأعلى من ذلك، بقدم أو قدمين أعلى من سابقتها، كانت طبقة ثانية تحوم. كانت هذه الحقائق الثلاثة - الواقعان فوقي والواقع الذي كنتُ أشغله - محصورةً معًا، لكنها كانت تهتزّ بشكلٍ غير متزامن. كانت كل طبقة تتأرجح يمينًا ويسارًا، محاولةً التوافق مع غيرها، وتتدفق نحو الأسفل في محاولةٍ للالتقاء من خلال إيجاد المكان أو الأخدود المناسب لتستقر في مكانها. أتساءل إن كان هذا دليلًا على سبب عدم ظهور الأرواح وكائنات الطاقة بوضوح للجميع. ربما يكون كونك روحانيًا أشبه برؤية مزدوجة - مجموعة من العيون ترى العالم المادي ومجموعة ذات رؤية محيطية تدرك واقعًا بديلًا "إلى جانب" قليلاً من العالم المادي. عادةً ما أرى أشباحًا تحوم على ارتفاع قدم أو قدمين فوق الأرض، لذا من المثير للاهتمام أن الارتفاعات في حلمي الواضح كانت هي نفسها. ربما كانت الطائرتان فوقي ١٨٩ في Night Shift هما الواقعان اللذان يمكن لجميع البشر الوصول إليهما. الأول، الأقرب إلى حقيقة الحواس الخمس، سيكون الأثيري، حيث تسكن الأشباح ويتحدث المرشدون، حيث يحدث الشفاء الجسدي على مستوى الطاقة، وحيث تتفاعل الأحلام مع الحياة اليومية. قد يكون المستوى الثاني هو النجمي، حيث تتحرر قيود الزمان والمكان تمامًا، حيث تُرافق الأرواح إلى نور الحب. هذه مجرد تكهنات من جانبي. إنها التفسيرات التي أقدمها لتجارب تتجاوز الكلمات من نواحٍ عديدة. هناك دائمًا شيء يضيع في الترجمة عندما تضع أسماء على الرؤى، ولكن لا يزال من الطبيعي أن تحاول. كانت تلك الأحلام بمثابة مقدمة من نوع ما. قالت الأحلام: "هكذا تبدو الطائرات. الآن سنريك كيف تتحرك بينها". في الأسبوع التالي، تعلمت بالضبط كيف أسافر عبر الطائرات وأظهر في وجهة في بُعد آخر. اندمج وميض من الغبار في الظلام عندما ظهر خط التماس في الواقع أمامي. سحبت الجانبين بعيدًا عن بعضهما البعض للعبور، وبينما كنت أفعل ذلك، أحاطت بي كرة واقية شفافة ومتوهجة. ضغطت من خلال خط التماس وخرجت على الجانب الآخر، حيث تلاشت الكرة الشبيهة بالزجاج. هنا كنت في مكان آخر أو وقت آخر. في أسفاري، اتخذت حذرًا كبيرًا من عدم إزعاج أي شيء بشكل كبير جدًا. إن عدم التدخل الحقيقي غير ممكن، لأن كل حركة عبر المكان والزمان تغير شيئًا ما. ١٩٠ الشبكة. لقد تبيّن لي كيف يعمل هذا في حلم رأيته عام ٢٠٠٣. رأيتُ بنية الطاقة التي تُشكّل الشكل كطبقة مرنة، وشعرتُ بالضغط الذي يحدث في الأجسام عند التلاعب بالبنية على مستوى طاقة. يُخلّف السفر عبر الأبعاد بصمةً جزيئية،

مثـل الانطبـاع الـذي يتركـه سطح حلـوى التـافي عنـد وخـزه. تتمـدد الجزيئـات فـي المنطقة التـي مرّ بهـا الخيط، ويـزداد التمـدد مـع كـل زيـارة. مـن المهـم معرفـة ذلـك. للسـفر النجمـي تـأثيرٌ لا يُمكـن الاسـتهانة بـه. عـلاوةً علـى ذلـك، عنـدما تسـافر عبـر المكـان والزمـان، مـن الممكـن زيـارة ثقافـاتٍ تعمـل علـى تطورهـا الخـاص. التوجيـه العام في نوبة الليل هو عدم التدخل على هذا المستوى. بشكل عـام، من الأفضـل ألا تسمح لنفسك بأن تُرى. قد يُغيّر وجودك المرئي في عالمهم مجرى الأحداث جذريًا، لذا يجب عليك توخي الحذر أينمـا ذهبت. علـى سبيل المثـال، قد يؤثر الانتقـال إلـى الحياة الأرضية المبكرة على عالمنا اليوم. وكما تعلمنا، فإن الوقت متزامن. الماضي والمستقبل موجودان في الآن، والحاضر موجود فيهما. حيـاتكم الماضـية والمستقبلية متاحـة. تجـاربكم فـي حيـاة أخـرى تـؤثر علـى هـذه الحيـاة، لأنهـا كليهمـا أنـتم. جميـع الحيوات التي تصنعونها تعيشونها الآن لأن الزمن الخطي وهم. كل الوقت هو الآن. يمكن أن يبقى المرض أو الصدمة في حياة أخرى في الجسد في هذه الحياة كعرض. قد يبدو الأمـر غريبًـا، لكن يمكنكم زيـارة أنفسكم فـي حيـاة أخـرى، وشـفاء شـيء مـا هناك، والعودة إلى هذا الواقع المـادي لتجدوا أن أعـراض "سـاكن الهـامش ١٩١ فـي نوبة الليل" قد اختفت. ستكون قد اختفت في جميع حيواتكم المتزامنة. لقد تمكنـت مـن تجربة هذا الشفاء خـلال تراجـع حيـاة سـابقة - أو لنقـل "استكشـاف حيـاة بديلـة" - مـع كارولين. خـلال هذه الجلسـة تحديدًا، كنت أتعامـل مـع مشـاكل حـول رقبتـي. منـذ أن كنـت أتـذكر، كنـت أكـره أي شـيء حـول رقبتـي - وخاصـة الأوشـحة. كنـت أتحمـل اليـاقـات العاليـة الفضفاضـة، لكننـي كنـت أكـره أي شـيء يمكـن ربطـه مثـل وشـاح أو ربطة عنق. بينما كنت أسترخي وأدخل في حالة تأمل، أرشدتني كارولين إلى أعماق جسدي. سألتنـي: "أين تشعر بعدم الراحـة فـي جسدك الآن؟" "مـا هـي المشـاعر التـي تطفو علـى السطح عندما تذهب إلى هناك؟ هل ترى ألوانًـا؟ صـفها. مـا هـي المشـاعر المرتبطة بها؟ هل تظهر الصـور؟ الأصـوات؟ الـروائح؟" ببطء، أدركـت أننـي كنـت في إطـار زمني مختلف. لقد عشت نفسي كرجـل فـاتح البشـرة ولكنـه مـدبوغ جـدًا فـي أواخـر العشـرينيات من عمـري، أطـول منـي الآن، وقـوي البنيـة، لـم أعـد فـي نصـف الكـرة الغربـي؛ كانـت الشـمس تضـرب بشـدة شـديدة وكـان الهـواء الجـاف مسـدودًا بالحرارة والغبـار. كنت محاصـرًا فـي سياج مـع عدد مـن الأشـخاص الآخرين، كنـا جميعًا أسرى هناك. كانت أطواق حديدية ثقيلة مثبتة حول أعناقنا والسلاسل الطويلـة المرفقـة بهـا تربطنـا بجـدران سـميكة. | يمكننـي أن أشـعر بـالروابط العميقـة للعائلـة والثقافـة - الـدم والتـاريخ - التـي كانـت تربطنـي بزملائـي السـجناء. ١٩٢ الشبكة ثم وجدت نفسي خـارج الحظيرة، حـرًا فـي الرحيل، رغـم أننـي مـا زلـت أرتـدي الطـوق والسلسـلة حـول عنقـي. غيـر راغـب فـي التخلـي عـن الآخـرين، عـدتُ نحـو السـياج، لكنهم لوّحوا لي بالعودة وأشاروا إلى المسافة، موضحين أنني يجب أن أتركهم، رغم

أن قلوبنا كانت مترابطة. ! شعرتُ بذنبٍ ساحقٍ لأنني كنتُ الشخص الوحيد الذي تحرر. انقبض قلبي وحلقي من الحزن والعار. "كان يجب أن أكون هناك معهم"، فكرت. فجأة، من حياتي الحالية، فهمتُ. لقد أبقاني ذنب الناجي من تلك الحياة "مقيدًا" عبر حيوات أخرى. أدركتُ أنه يمكنني تغيير تصوراتي ومشاعري في ذلك التجسد من وجهة نظر هذه الحياة. يمكنني التخلي عن لوم الذات الذي بنيته وأنا أقف أنظر إلى أحبائي. الشاب الذي كنتُ عليه حينها تقبل حقًا أن جزءًا من قدره هو الابتعاد عن السجن، وأن هذا هو طريقه. لقد احتضنت رحلتي ورفعت العبء العاطفي الذي حملته معي طوال حياتي. لقد ارتخى طوق الذنب الخانق وسقط على الأرض عندما استدرت لأبتعد. انهارت السلسلة الثقيلة من الحكم الذاتي السلبي في كومة بجانبها. بينما كنت مستلقيًا على طاولة كارولين، شعرت بتحولات هذا الإدراك الجديد من خلال جسدي في إطلاق سعيد. بدا الأمر كما لو أن قلبي أصبح أخف جسديًا، وأدركت أنه لا يوجد حكم سوى الحكم الذي فرضته على نفسي. ١٩٣ ساكن هامشي في نوبة الليل يبدو أن بعض المشاكل تتكرر عبر عدة حيوات. في الحياة التي أعيشها هنا والآن، كان عليّ التعامل مع مشكلات تتعلق بقبول مساري. لذا ربما لا تختلف هذه الحياة كثيرًا عن الحياة التي عشتها (أو ما زلت أعيشها، على ما يبدو) مثل ذلك الشاب الذي ابتعد عن السجن. لقد كان الأمر صعبًا لأنني شعرت طوال معظم حياتي باختلاف كبير.لستُ واقفًا خارج سياج هذه المرة، لكنني أشعر أحيانًا وكأنني منفصل عن المجتمع السائد. يعود جزء كبير من هذا الشعور إلى نشأتي في مكانٍ كانت فيه المعلومات عن الظواهر النفسية شحيحة، وبالتأكيد لم يكن هناك أي معلمين أرضيين. أشعر بالسعادة، بالنظر إلى الماضي، لأنني لم أتمكن من الوصول إلى حكمة الماضي المكتوبة، إلى تقاليد ثقافية أو روحية شجّعت على التواصل المباشر مع الله. كان من الصعب الشعور بالوحدة، لكنني مع ذلك سعيد لأنني اضطررتُ للبحث في داخلي عن جميع الإجابات التي لم أجدها في مكتبة مدينتي الصغيرة والمحافظية، أو في القيم المباشرة والواقعية للعائلة البشرية والمجتمع الذي وُلدتُ فيه. ساعدتني العزلة، عندما تقبّلتُ أخيرًا مساري واحتضنته، على الاعتراف بتجربتي بشكل كامل. هذه العزلة تتضاءل مع مرور الوقت. الأمور تتغير. هناك الكثير من المعلومات المتاحة الآن، مما يسهل الرجوع إلى مئات التعاليم والتقاليد الروحية من خلال الكتب والأفلام والتلفزيون والإنترنت. هناك آلاف عديدة، إن لم يكن ملايين، ١٩٤ شبكة من الناس في العالم الذين شاركوا في التجربة المباشرة للحقائق البديلة، والذين يعيشون اليوم مع هذا الاختلاط الغريب بين الحياة النفسية والمادية. يتحدث الناس، حتى في المدن الصناعية المحافظة، عن إمكانيات الوعي البشري، ومع ذلك فإن الرسالة هي نفسها دائمًا: انظر إلى الداخل. ثق بنفسك. أحب. ما تعتقد أنك ستحصل عليه هو ما ستحصل عليه. انتبه لأفكارك.

التجسد فن. نحن نعيش في وقت خاص جدًا في التاريخ. نحن أحرار في التحدث عن اتصالنا المباشر بالقوى الكونية وألوهيتنا بطريقة جديدة. لقد بدأنا نفهم إرادتنا الحرة، والمسؤولية المؤلمة والجميلة التي تجلبها. في حيوات أخرى، متُّ وأنا أحمي صحة العلاقة الشخصية والحميمة والحقيقية للبشر مع ألوهيتهم. تخبرنا الأرض، وتخبرنا أجسادنا، وتخبرنا قلوبنا أن هناك شفاءً يجب أن يحدث. كلنا نعرف ذلك. يجب علينا إصلاح الخلل في علاقاتنا بالأرض، ببعضنا البعض، وداخل أنفسنا. ربما لو اعترفنا جميعًا بتجاربنا لبعضنا البعض، لوجدنا أن الإدراكات الحسية الخارجية، والتواصل مع الأرواح والحيوانات، والشفاء بالطاقة، والسفر النجمي ليست بعيدة المنال على الإطلاق. ربما تكون الخوارق طبيعية. لهذا السبب أنا هنا - لأقدم صوتي إلى جوقة الأصوات التي تتحدث لمشاركة ما نعرفه بشكل مباشر ولتوفير منتدى للآخرين للتقدم والتحدث عن حقيقتهم. ١٩٥ . لست وحدي في هذا المسعى. هناك الكثير مثلي الذين يعملون في أبعاد غير مرئية لمساعدة النفوس الأخرى. لا أعرفهم جميعًا، بالطبع. نميل إلى التمسك بأنفسنا، ولا نخرج من الخزانة الرمزية إلا عندما لا نتحمل الاختباء. لكننا نعلم أنه يجب علينا التحدث عما نعتقد أنه صحيح - الحب والنور. الحب هو المفتاح. هناك الكثير من الأشياء التي يمكننا أن نجدها والتي تفصلنا - المحيطات والثقافات والآراء وجميع العيوب ونقائص كوننا بشرًا. نحن في مرحلة نحتاج فيها إلى إيجاد ما يربطنا كأفراد بالمجتمع البشري. هناك شيء واحد فقط يربطنا معًا في رحلتنا عبر التجسد وهو الحب. دعونا نلتقي في وقت الحلم ليس كأفراد منفصلين، ولكن كأرواح يحتضنها حبنا المتبادل. دع الخوف والمجد الشخصي والشرف الزائف للانتقام. كن متواضعًا في الحب الذي يربط الكون معًا. نحن جزء منه. نحن هو. في هذه الحياة، كانت إحدى أعظم أفراحي هي تجربة الأمومة. لا أفكر فقط في أطفالي، ولكن أيضًا في جميع أنحاء العالم الذين يتطلعون إلينا، الآباء والبالغين في حياتهم، للتوجيه - وهم مثل الإسفنج الصغير. يأتون إلى هنا في تجسدهم الخاص بأرواح كاملة، حريصين على معرفة ما هم عليه في أنفسهم، ومعرفة كيف يندمجون في المجتمع البشري. إنه شرف مقدس، | التفكير، ومساعدتهم، والاستماع إليهم، وتوجيههم بانفتاح لطيف. من المهم بالنسبة لنا أن نقبل التألق المذهل لأطفالنا الـ ١٩٦ من The Grid وأن نساعدهم على الشعور بالراحة وعدم الخوف في جلودهم الخاصة. كل واحد منا لديه تجربته الشخصية. لقد كافحت أثناء كتابة هذا الكتاب في العثور على الكلمة المناسبة لتعريف نفسي. هل أنا شامان، أو عالم نفس، أو وسيط، أو صوفي؟ كيف أجد المصطلح المناسب تمامًا ليشمل تجربتي ووعيي؟ في النهاية، أعود مرارًا وتكرارًا إلى إعلان مرشديني: أنا ساكن هامشي. أعيش في كل من العالمين المادي والروحي، وأسكن في الأماكن التي يلتقيان فيها ويتداخلان. وبصرف النظر عن الأسماء أو التعريفات، فهذا هو ما

هو عليه. جزء كبير من دافعي في كتابة هذا الكتاب، وفي الخروج من الخزانة النفسية، هو تشجيع الآخرين، الأطفال والبالغين، على الثقة بمعرفتهم الداخلية واحتضان طريقتهم الفريدة. يتطور الوعي البشري بسرعة كبيرة لدرجة أنه من المهم لنا الآن أن نكون منفتحين وصادقين بشأن تواصلنا الشخصي وتجربتنا مع المصدر. قبل أن أرحل، أشارككم النصيحة التي قدمها لي مرشديّ: أظهروا مواهبكم. كل واحد منكم لديه موهبة واحدة، أو على الأرجح عدة مواهب، والعالم بحاجة إليها. اعترفوا بإبداع كيانكم واحتضنوه. مارسوا فنكم، أياً كان شكله. شاركوا. المشاركة ليست مجرد عطاء، بل هي أيضاً تعلم كيفية التلقي. إنها نية وفعل تبادل رشيق. دعونا نشارك أرواحنا وإبداعنا وتعاطفنا الوافر. تتجسد المشاركة في مفهوم ناماستي، وهو تحية قديمة تُؤدى برفع راحتي اليدين وانحناءة خفيفة. عندما تُحيي شخصاً ما بتحية ناماستي، فأنت تقول: "الإلهي فيّ يُحيي الإلهي فيك". لا تتعلقوا بالنتيجة. قد تقودكم الروح إلى اتجاهات غير متوقعة. انصتوا إليها. اسمحوا لها. ثقوا بها. خففوا من قيود السيطرة بما يكفي للسماح للطريق بأن ينفتح أمامكم. أنت مستكشف، وأحيانًا لن تعرف ما هو خلف المنعطف التالي أو المنعطف في النهر. دع الطفل الفضولي والمبهج بداخلك حرًا. الحياة لغز لذيذ، واكتشاف متكشف، وسعي. أتخيل عالمًا نسمح فيه لكل منا بأن يكون بحرية عضوًا في العائلة البشرية التي تصورها الله والتي تعيش في علاقة حميمة مع كائنات متعددة الأبعاد، وحيوانات، ونباتات، ومعادن، والتربة التي تغذينا. في ذلك العالم، سنكون قد عدنا من مغامراتنا وتجوالنا وانفصالنا عن النور وعن بعضنا البعض. أخيرًا، سنكون في المنزل، محاطين بالاتحاد الذي هو مصيرنا. ١٩٨ نبذة عن المؤلفة مونيكا هولي فنانة، ووسيطة روحية، ومرشدة روحية، وأم لطفلين. عملت في الرسوم المتحركة والتصوير الفوتوغرافي والطباعة للأفلام والتلفزيون. طوال معظم حياتها، أبقت حياتها النفسية والروحية سرًا. تشعر الآن أن الوقت مناسب لمشاركة قصتها، وتأمل أن تساعد الآخرين على فهم رحلتهم الخاصة عبر الحياة. هذا هو كتابها الأول. تعيش في فانكوفر، كولومبيا البريطانية. لمزيد من المعلومات، تفضل بزيارة موقع الويـــــــب com.thefringedweller.www ١٣٣,٩١ \ \ \ \ \\ \\ \ \ \ \ \ \ \\ \ obs g ،On The Night Sh ٣١٣٠٧٠١٨٣٤٨٤١٩ [a] [a]f ٧٤٧H onicaM ،Holy مونيكا هولي هي سمكة °O٥٨ في نوبة الليل "تنجز مونيكا في أحلامها أكثر مما تفعله وهي مستيقظة في أسبوع. هو سرد صادق لرحلة امرأة واحدة في اكتشاف وصقل هدفها كمعالجة." - دوغال فريزر، مؤلف كتاب But ach You What a Psychic Can Te :You Knew That Already About Life تبدو حياة مونيكا هولي في النهار مثل ملايين الآخرين. إنها ترسم وتمارس رياضة الجري وتتحدث إلى الأصدقاء وتقلق بشأن أطفالها. حياتها الليلية

قصة مختلفة. هناك، في عالم تدخله من خلال بوابة الأحلام الواضحة، تعمل على توجيه الموتى حديثًا - وخاصةً النفوس الشابة و/أو المضطربة - إلى الجانب الآخر. فهي تقدم الإغاثة الطارئة. وتعيد رسائل من العالم الآخر. وتعمل على ربط المجتمع البشري بأكمله بالتعبير الإلهي عن كل ما هو موجود. "يا لها من روح شجاعة مونيكا هولي كتبت مثل هذا الكتاب المهم. بالنسبة لأولئك منا الذين كرسوا حياتهم للسير في هذا الطريق والمساعدة - أينما نستطيع - فإن المعلومات الموجودة في هذا الكتاب - لا تقدر بثمن. الآن سيفهم سكان الهامش في العالم ~ ما يفعلونه في وقت نومهم: العمل في نوبة الليل." ~ إيكو بودين، مؤلف كتابي الكبير للشفاء S٢ هي قصة مغامرة كونية حقيقية ~ مقترنة بمعلومات عملية حول كيفية. فهم تجارب الخروج من الجسد والاقتراب من الموت. هذا الكتاب المُلهم مُوجّه لكل من تساءل يومًا عن معنى تلقي رسائل من الجانب الآخر، أو ما يسمعه الوسطاء الروحيون، أو كان يخشى سماع الأصوات، أو تخيّل شكل "الجانب الآخر". "MAW٨١٤-